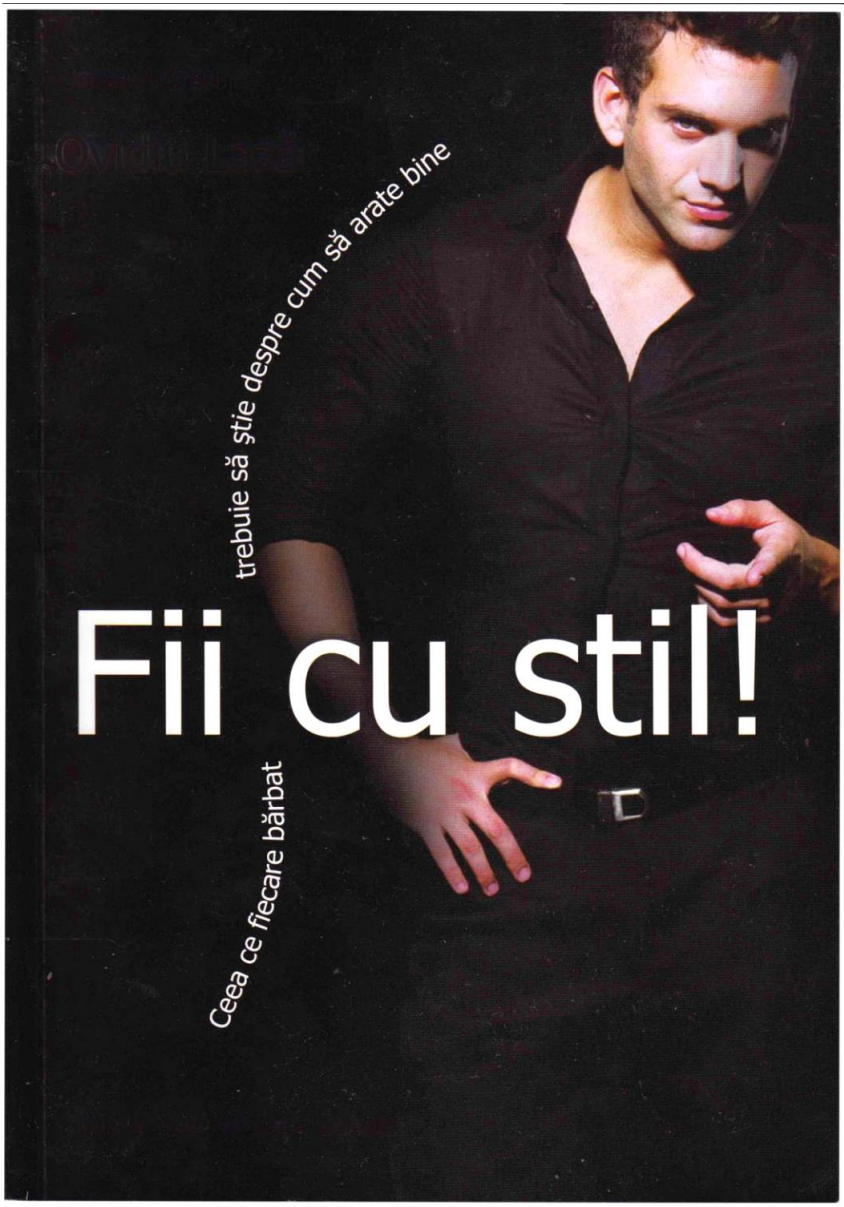

trebuie să știe despre cum să arate bine
Fii cu stil!
Ceea ce fiecare bărbat

www.Fiicustil.ro
Ovidiu Lazăr
Ediţia a doua, revăzută şi adăugită
Ovidiu George Lazăr

Fii cu stil!
Ceea ce fiecare bărbat trebuie să ştie *despre* cum să arate bine ediţia a doua, revăzută şi *adăugită*
Editura Risoprint

Cluj-Napoca

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
LAZAR, OVIDIU GEORGE
Fii cu stil!: ceea ce fiecare bărbat trebuie să ştie despre cum să arate bine
Ovidiu George Lazăr.
Cluj-Napoca: Risoprint. 2010
Bibliogr.

ISBN 978 – 973 – 53 – 0224 – 5

Design copertă: ALIN STANCU

Prefaţă la ediţia a doua

Multe s-au schimbat în ultimul an. Exact acum un an, pe vremea asta, scriam de zor la prima mea carte care, deşi era electronică, era la fel de valoroasă ca una tipărită. Începusem călătoria spre propriul stil şi eram gata să împărtăşesc din experienţele mele altora.

Acum, la ediţia a douat am adăugat multe lucruri noi, omise în prima ediţie. Totul s-a datorat în *mare măsură* reacţiilor cititorilor mei care au venit cu o grămadă de probleme şi sugestii. Toate acestea m-au

ajutat să conturez o carte de stil mult mai folositoare decât prima ediţie.

Ovidiu

Capitolul întâi: îngrijire personală

Sfaturi de bază despre igienă îngrijirea dinţilor îngrijirea pielii îngrijirea părului

Tipurile de păr şi tunsorile

Restul pilozităţilor

Capitolul al doilea: Costumele

Capitolul al treilea: Cămăşile

Capitolul al patrulea: Sacourile sport şi puloverele.

Sacourile sport

Puloverele

Capitolul al cincilea: Pantalonii şi blugii

Pantalonii

Blugii

Capitolul al şeiselea: încălţămintea

Pantofii

Şosetele

Capitolul al şaptelea: Imprimeurile

Capitolul al optulea: Accesoriile

Curelele

Oasurtf.

Bufonii de cămaşă

Pălăria

Ochelarii

Brăfările

Inelele

Oxiuuâf/f

Eşarfele

Gentile pentru bărbaţi

Mănuşile
Capitolul al nouălea: Paltoanele şi jachetele…
Paltoanele
Jachetele
Capitolul al zecelea: Pune în aplicare
Cum să te îmbraci în funcţie de corpul tău…
Asortarea ţinutei
Conceptul de layering
Ţinute concrete comentate
Îmbracă-te cu stil pe bani puţini
Capitol al unsprezecelea: Atitudine şi stil
Cum să devii un maestru în stil
Prima impresie
Bibliografie

Îţi aminteşti cum erai îmbrăcat în prima zi de şcoală din clasa întâi? Dacă ai cel puţin vârsta mea. 25 de ani" probabil ai fost împodobit de mama cu o uniformă neagră. *Ni* (*ximașă* alb-albastră cil pătrăţele, în picioare aveai nişte cizmuliţe noi nouţe. Totul era nou pe tine. Până şi ciorapii. În drum spre şcoala pe care n-o mai văzusei până atunci. Cuprins de un amestec de entuziasm şi frică 9 vedeai cum lumea se uita lung la tine, cu un surâs cu subînţeles, spunând parcă: mE în clasa întâi. E prima lui zi de şmală. E-he! Aşa eram şi eu acum 30 de ani. M Paralel cu tine, alte uniforme exact ca a ta te depăşeau sau le depăşeai, în timp ce te uitai lung la ele. Ca într-o oglindă. Până când, într-un final, ai ajuns în curtea şcolii, unde o mare de uniforme se înghesuiau încolonate.

Au avut grijă părinţii de tine la capitiaul îmbrăcăminte? Probabil că în proporţie de 99, 99, răspunsul este da. Ce părinte nu vrea ca fiul lui să fie bine îmbrăcat, să fie – în rându lumii"? Să aibă tot timpul uniforma călcată, să îşi facă temele, să îşi găsească o slujbă sigură şi bine plătită? Parcă tot drumul e pavat pentru tine. E monoton şi lent. Şi, ce-i mai rău, toţi merg agale prin viaţă în aceeaşi direcţie.

Atunci de ce căutăm răspunsuri? De ce vrem să fim creativi, diferiţi, să ne afirmăm, să devenim cineva, cineva care lasă în urmă mai mult decât ce ne limitează societatea? Ne place să credem că tot timpul facem ceea ce e bine, că luăm cele mai bune decizii, că toată lumea ar trebui să fie exact ca noi. Poate din această cauză a luat amploare în tine, la un moment dat, sentimentul acela că eşti doar o uniformă de şcolar între alte uniforme. Simţi că toată lumea e la fel şi vrei să fii diferit. Nu rebel, diferit. Visezi cum, într-o zi, dacă vei acumula destui bani, oamenii vor începe să te asculte mai mult, să îţi zâmbească mai mult, să te respecte şi admire mult mai mult decât o fac acum.

Dar te loveşti constant de rezistenţă… Parcă, ideile tale bune nu sunt apreciate la adevărata lor valoare. Oamenii nu par să ştie jbA *ast*rulte. Pomă *ftf tim*tmi ivr *să s*e i*mp*ună… iar faptul oA o*u* s*ou nu* d*re*ptate nu pare să-i infe*ngsejte prea* mult.

7 V ilifi în *exy*/*mefti* fi *înfrrâti*: *cum por* /*ace* oamenii să mă asculte? Cum le pat comunica faptul cât am idei, sau că *am în* «*o* interesant de arătat sau de zis? /*e ce unii au o anumitti* carismă în *ei*. *Sunf* sufletul fietrecerii oriunde merg, atrag interesul oanumilor ca nişte magneţi?

Vom da răspunsuri la toate aceste întrebări. Ţelul meu este ca la finalul acestei cărţi să devii o persoană mai matură, mai distractivă (chiar dacă te consideri deja), una care înţelege mai bine lumea în care trăim. Această carte este mai mult decât o colecţie de ponturi pentru a arăta bine. Îţi voi explica simplu, pe înţelesul tău, de ce ai nevoie să ştii cum să te îmbraci şi cum să te porţi. De ce ai nevoie SA LE ÎNVEŢI. Pentru că procesul care transjbrmă băieţii în bărbaţi necesită INFORMAŢIE şi APLICABILITATE.

Îţi mulţumesc sincer pentru că ai ales să citeşti această carte. Lucrurile conţinute în ea au constituit un pas înainte în viaţa mea şi sper să fie la fel şi în cazul tău. Ştiu că sună a clişeu dar… o nouă călătorie stă să înceapă.

CAPITOLUL ÎNTÂI ÎNGRIJIRE PERSONALĂ

PâtiQ nu demult, îngrijirea personală la bărbaţi se rezumă doar

la a te rade. Singurele produse pe care aceştia le cumpărau erau spuma de ras, şamponul, săpunul şi pastă de dinţi. Treptat, odată cu creşterea nivelului de trai, companiile de produse de îngrijire personală au început să observe preocuparea acestora pentru ei înşişi şi au început să îşi dezvolte treptat linii masculine de produse.

Îngrijirea corpului tău este primul pas spre a deveni un bărbat cu stil. Spune multe despre personalitatea ta. Arată că ai respect de sine şi că eşti atent la detalii, calităţi care le lipsesc multora. Este unul dintre acele lucruri peste care tindem să sărim în rutină de dimineaţă. Ne trezim morocănoşi, ne spălăm repede pe faţă, mâncăm ceva la repezeală apoi ne îndreptăm spre serviciu sau şcoală.

Oamenii sunt superficiali. Nu este o afirmaţie răutăcioasă, ci o concluzie la care am ajuns după ce am citit câteva cărţi despre natura umană şi interacţiuni sociale, şi după ce am studiat fenomenele observate de alţii în viaţa reală. Genetic vorbind, nu suntem făcuţi să analizăm celelalte persoane în amănunţime, decât dacă le cunoaştem pentru o perioadă foarte îndelungată. Suntem atenţi foarte mult la informaţiile transmise de receptorii noştri, la simţurile pe care strămoşii noştri le-au avut de sute de mii de ani.

Când ne uităm la cineva, tindem în primul rând să îi analizăm faţa. Apoi, într-o fracţiune de secundă, ne uităm la elementele superficiale pe care aceasta le prezintă: dacă e ras sau nu, dacă are o tunsoare adecvată, dacă are coşuri sau puncte negre. În funcţie de aceşti factori, tindem să ne facem o părere pozitivă sau negativă despre persoana în cauză.

TVxtfr *pt wtvt9***1**ke *mele* mi-au roq/îrmat *făptui* că Mdywvnf câr

---

[1] Scapă de mătreaţă! Mătreaţa este o cădere a straturilor superficiale ale pielii. Nu este contagioasă dar este prezentă la multă lume. Sunt foarte multe şampoane pe piaţă special concepute anti-mătreaţă. Dacă nu te ajută, încearcă următorul lucru: spală-te de două ori pe cap consecutiv, având grijă să te clăteşti corespunzător între sesiuni. în mod normal ar trebui să observi o reducere a mă t re ţii încă de a doua zi.

rdi dr neofrorfir «fi un *bărbat*, *dacă are* o *pemtmaia bine pustă la punct*. În ofrqpf întotdeauna atenţia. Oi rdf Mrbofu/ «fi moi neofpenf fdină *nespălaţi*, *sprâncene* netăiate ffrj, cu aldf *mrade valoarea* sa în ºC/în *femeilor*.

În *acest* capitol. Te ivi ajuta să îţi *maximizezi* şansele ca ceilalţi să îşi facă impresii favorabile despre tine. *Zn h mp*, *dacă eşti consecvent cu* îngrijirea corpului tău, *aceste* impresii se vor transforma în certitudine.

SFATURI DE BAZĂ DESPRE IGIENĂ

Iată câteva lucruri obligatorii pe care trebuie *nă* le faci, înainte de a intra în detalii în legătură cu stilul:

Fă un duş în fiecare dimineaţă, după fiecare activitate sportivă (alergare, sală etc.) şi de fiecare dată înainte să ieşi în oraş.

Fă o baie cel puţin o dată pe săptămână. Băile sunt foarte relaxante, ajutându-te şi pe plan mental. Poartă o grijă mai mare zonelor care transpiră uşor (subraţ, zona genitală, picioarele). Nu îţi recomand băile fierbinţi pentru că pot afecta sănătatea pielii. Evident că nu păţeşti nimic dacă le faci, nici nu vei vedea efecte benefice majore însă, pentru a menţine pielea în formă maximă, este recomandat să eviţi temperaturile extreme.

Uită-te în oglindă dimineaţa înainte să pleci de-acasă. Ai grijă să ai faţa curată şi totul să fie în regulă.

Spală-te regulat pe mâini! Cu atât mai mult dacă transpiri uşor.

Piaptănă-te în fiecare zi. De perciuni, sprâncene, părul din nas, urechi, de pe piept sau picioare trebuie să ai grijă cam o dată pe săptămână. Acelaşi sfat este valabil şi pentru unghii.

ÎNGRIJIREA DINŢILOR

Unul dintre lucrurile pe care cititoarele mele le-au semnalat cel mai des vizavi de primele lucruri la care se uită la un bărbat este zâmbetul.

Un zâmbet alb poate fi decisiv când interacţionezi cu cineva pentru prima dată. Să îţi araiyezi părul e relativ uşor dar a avea dinţii albi arată o atenţie la detalii extrem de mare. De aceea e nevoie de

câteva sfaturi de bază care, pe termen lung, îţi vor economisi timp şi bani.

Îmi aduc aminte acum câţiva ani de faptul că dinţii mei erau într-o stare destul de proastă. Aveam o măsea cariată până la rădăcină» mult tartru plus o grămadă de carii mai mici. A fost nevoie de mai multe vizite la dentist pentru a rezolva toate problemele. Însă a meritat: pe lângă acele plombe care mi-au fost puse» m-am ales cu ceva mult mai important: sfaturi de igienă orală care mi-au făcut un enorm bine de-atunci şi până azi.

Voi încerca să împărtăşesc puţin din experienţele mele vizavi de igiena orală, cu menţiunea că NU sunt medic stomatolog. Sunt sigur că o parte din aceste sfaturi le ştii deja. Ţi le reamintesc în speranţa că, dacă este cazul, vei face primul pas spre un zâmbet frumos şi sănătos.

Să vedem ce putem face.

În primul rând, scapă de carii şi de tartru! Cariile fac un singur lucru: se adâncesc. E recomandat să mergi cel puţin o dată la 6 luni la dentist, chiar dacă nu ai carii. Asta pentru că tartrul se depune oricât de bine ai grijă de dinţii tăi.

În al doilea rând: spală-te pe dinţi de două ori pe zi, o dată dimineaţa şi o dată seara, de preferat după masă. Dacă o poţi face şi la prânz sau chiar după fiecare masă.

Când te speli pe dinţi, na te grăbi. Petrece cel puţin două minute şi oi grijfi să speli fiecare dinte pe toate părţile. Dacă ai buget, alege o periuţă de dinţi electrică pentru că aceasta curăţă mai bine.

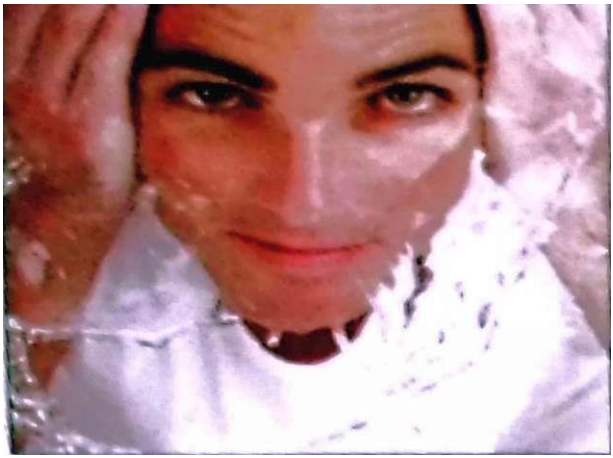
Foloseşte aţă dentară pentru a curăţa spaţiile în care periuţa de dinţi nu poate ajunge. Rupe îgem de aţă şi înfilşoar-o pe degetele arătătoare de la ambele mâini. Apoi plimbă firul în sus şi în jos între dinte şi gingie. Ai grijă ca aţa să formeze litera C în jurul dintelui.

Nu în ultimul rând, evită pe cât posibil dulciurile şi sucurile acidulate. Mănâncă multe fructe şi legume şi bea apă în loc de suc pe cât posibil. De asemenea, evită fumatul.

În momentele când spălatul pe dinţi nu e o soluţie, ai grijă să ai la tine întotdeauna gume de mestecat pentru respiraţie proaspătă.

Dacă eşti extrem de serios când vine vorba de îngrijirea dinţilor, cu siguranţă că ar trebui să foloseşti regulat apă de gură. Ia o gură de apă de gură şi clăteşte timp de 20 – 30 de secunde, apoi scuip-o. E important să nu înghiţi apa de gură.

Iar dacă dispui de un buget mai mare, poţi merge şi pe albirea dinţilor.



ÎNGRIJIREA PIELII

Probabil ştiai de la ora de biologie că pielea este cel mai tare organ al omului. Totuşi, pun pariu că nu ţi s-a explicat um să ai grijă de ea.

În primul rând trebuie să ţinem cont de diferenţa dintre bărbaţi şi femei. Pielea bărbaţilor este mai groasă decât a femeilor cu până la 30, drept pentru care are nevoie de îngrijire specială pentru a hrăni celulele mai numeroase care o constituie. În plus, factorii de stres (enumeraţi mai jos) afectează pielea masculină mai mult decât cea feminină şi din cauza faptului că am fost învăţaţi de mici că produsele cosmetice sunt pentru femei.

Poate cel mai bun sfat pe care ţi-l pot da legat de îngrijirea pielii este să nu îi faci rău. Ştiu că sună ciudat dar este incredibil cât de mult îmbătrânirea pielii este influenţată de factori externi, şi nu de procesul

natural de îmbătrânire, cum ar fi de aşteptat. Deci, cel mai uşor şi ieftin pas pe care îl poţi face pentru a avea grijă de pielea ta este să minimizezi factorii de risc externi.

Iată cei mai nocivi dintre aceşti factori:

Radiaţiile ultraviolet. Expunerea la razele soarelui este necesară zilnic (ar trebui să petrecem minim 10 – 15 minute în aer liber în fiecare zi). Totuşi, aceasta trebuie păstrată la minim, deoarece statisticile arată că 90 din îmbătrânirea prematură a pielii este cauzată de expunerea prea îndelungată la soare. Expunerea îndelungată creşte şi riscul apariţiei de cancer de piele. Pentru a te proteja de radiaţiile UV este recomandat să…

O stai la umbră cât mai mult posibil în sezonul estival, cât timp nu eşti protejat de cremă solară o eviţi ca faţa să îţi fie expusă la razele solare pentru perioade lungi de timp. Cu cât mai puţin, cu atât mai bine.

O consumi alimente bogate în vitamina D. Câteva surse:

sardine, ton, gălbenuş de ou, lapte degresat o porţi ochelari de soare care să te protejeze atât împotriva radiaţiilor UVA cât şi UVB. O mică observaţie aici: încearcă, pe cât posibil să porţi şepci sau pălării cu stil în locul ochelarilor de soare (dacă ţi se potrivesc mai bine), deoarece purtatul excesiv al ochelarilor de soare îţi poate afecta vederea.

Îngrijirea de fi eu n-a pielii trebuie să urmeze trei Paşi: niratare. Tonifiere şi hidratare protecţie W. Poluarea şi mediul în vă re lucrezi. Impurităţile din aer ţi chiar nutriţia îşi pun amprenta asupra pielii.

Un gel sau o cremă exfoliantă elimină celulele moarte, uleiul în exces şi mizeria acumulată în pori. Gelul tonifiant întăreşte pielea ajut* la menţinerea phului şi luptă împotriva bacteriilor. Se foloseşte după exfoliere sau bărbierire.

Ultimul pas, hidratarea, include şi protecţia UV. Este necesară pentru a menţine pielea hidratată pe tot parcursul zilei sau al nopţii, şi pentru a o proteja de soare. Dacă nu cumva ai piele uleioasă, e suficient să foloseşti o cremă hidratantă la acest pas. Protecţia UV este necesară

doar dacă îţi expui pielea la soare pe perioade îndelungate. Alege o cremă solară cu factor de protecţie bun.

Ce tip de piele am?

Primul pas pentru îngrijirea pielii este să ştii ce tip de piele ai. Iată, pe scurt tipurile de piele.

Pielea normală

Genul de piele nici prea grasă nici prea uscată, uniformă, cu porii mici, fără pete roşii sau coşuri. Elasticitatea şi hidratarea sunt perfecte la acest tip de piele.

Pielea grasă (uleioasă)

Pielea grasă este caracterizată printr-o excreţie mare de sebum (substanţă al cărei rol este acela de a proteja pielea formând o peliculă protectoare la suprafaţa acesteia). Se recunoaşte prin porii dilataţi, uneori închişi de puncte negre cu aspect lucios. Acest tip de piele este cel mai predispus la acnee.

Pielea uscat**2**

Acestui tip de piele H lipsesc fie lipidele» fie apă. Fie amândouă. În momentul în care pielea nu secret* destul sebum. Este mai sensibil* la factorii exteriori. Ridurile tind să fie mai pronunţate. Pielea uscat* este de obicei uşor iritabil*, asprfl. Totuşi, nu trebuie ca acest lucru'ş* te sperie. Este posibil ca, urmând sfaturile mele pentru piele normal*, să scapi de problemele cauzate de tenul t-u uscat. Dac* nu, cel mai bine este'ş* consulţi un dermatolog.

Pielea mixtă

Tipul de piele cel mai des întâlnit la femei. Zona obrajilor este fină şi fragilă, în timp ce bărbia, fruntea şi nasul sunt mai uleioase (aspect strălucitor).

---

[2] Cremă exfoliantâ

Exfolierea este procesul prin care se înlătură mizeria, celulele moarte de piele, uleiul excesiv şi alţi poluanţi, pentru a scoate la iveală celulele noi. Ajută la eliberarea porilor şi reduce dezvoltarea şi apariţia acneei.

Pielea sensibilă

Aceasta se remarcă printr-o sensibilitate vizavi de substanţele externe, poluanţi, precum şi *qfter*'s/iaue-uri. Este de asemenea sensibilă la schimbările climatice. Dacă ai acest tip de piele, probabil că simţi cum te înţeapă sau te mănâncă în timpul zilei.

Creme de fat

Ce ar trebui să foloseşti zilnic

Akyr o curmă puternic*, pe *hmză* tir ucid – dacă al un ten uleios, sub formă de toţiune pentru pielea foarte uscată. Majoritatea cremelor exfbliante sunt potrivite pentru toate lenuhle. Fiară îţi simţi tenul strânsw sau uşor iritat când se usucă imediat dup* curăţare (şi înainte de hidratare) atunci crema de faţă a înlăturat prea mult din uleiul natural protector al feţei. Astfel, tenul va produce mai mult ulei ca să compenseze cantitatea de ulei pierdută, acest fapt având ca rezultat o piele mai „strălucitoare" în timpul amiezii şi chiar blocarea porilor. În acest caz, este cel mai bine să alegi o cremă de faţă care hidratează mai bine.

Se amestecă cu apă călduţă şi se aplică cu mâinile pe faţă şi pe gât, după care se clătesc mâinile în apă călduţă şi se şterg cu un prosop curat. Se aplică o singură dată dimineaţa şi o dată. Seara, înainte de culcare. Foloseşte-o, de asemenea, înainte de bărbierit sau/şi tonifiere.

Spuma de ras / gel de ras înmoaie părul facial pentru a putea fi tăiat său ras mai uşor. Lubrifiază şi hidratează pielea. Creează o suprafaţă de alunecare mai uşoară a aparatului de râs care reduce iritaţiile pielii ce pot apărea în timpul bărbieritului.

Se amestecă cu apă călduţă şi se aplică cu vârful degetelor sau cu un pămătuf. Aşteaptă 60 de secunde după care te poţi bărbieri. La sfârşit, clăteşte cu apă călduţă.

Folosirea este obligatorie de fiecare dată înainte să te razi, cu excepţia cazului în care foloseşti un aparat de ras electronic sau dacă doar îţi tunzi barba.

Gel tonifiant de curăţare a feţei

Curăţă porii, înlătură resturile rămase după bărbierit,

restaurează mantaua de acid a pielii după curăţare sau bărbierit, protejează pielea împotriva bacteriilor şi reduce „strălucirea" acesteia.

Umezeşte puţină vată şi aplică pe faţă şi gât.

Se aplică o singură dată dimineaţa şi o dată seara înainte de culcare.

After-Shave

Restituie umiditatea pielii după bărbierit şi previne iritaţia acesteia. Nu 11 folosi dacă îi se irită pielea. În acest caz, este recomandată o cremă.

Alege un *after-shave* lichid pentru piele foarte uleioasă sau sensibilă. Cele mai multe *after-shave-uri* se potrivesc pentru toate tipurile de piele.

Crema hidratantă

Cremele hidratante se folosesc pentru a păstra pielea hidratată. Practic, încetinesc procesul de evaporare al apei din piele. Dacă o foloseşti cu regularitate, vei avea în timp o piele mai curată şi mai moale. Aceste creme formează, de asemenea, o barieră protectoare împotriva factorilor externi.

Se aplică o singură dată dimineaţa, seara înainte de culcare şi imediat după bărbierire şi tonifiere.

Aplicarea cremei hidratante nu este necesară dacă ai o piele foarte uleioasă. În acest caz este bine să întrebi vânzătoarea sau dermatologul exact produsul pe care e bine să-l foloseşti.

O «I putea nă mai folonești (opţional)

liri de hârbirht pentru aparatul dr ras electronic rinul de bărbierit înmoaie pltrul facial Pentru a fi mai uşor de tai. II. AParatul tiv ras elevtmn ic rrw. Izil o suprafaţă alunecoasă pentru lamele rotative, reducând foarte mult iritaţia.

Se masează eu o cantitate mică pe barbă. Se aşteaptă 30 – 60 de secunde, după care se taie cu aparatul de ras electronic. K recomandat să te speli pe mâini după ce ai aplicat uleiul şi înainte de a folosi aparatul de ras electronic.

Nu e nevoie să îl foloseşti dacă ai o barbă moale şi nu ţi se irită

pielea după bărbierit.

Utilizare periodică

Gel exfoliant de faţă

Gelul exfoliant conţine granule sferice fine care permit înlăturarea celulelor moarte din piele. Te ajută la deschiderea porilor şi reduce apariţia acneei.

Foloseşte vârful degetelor pentru a masa crema până intră în piele în zona feţei şi a gâtului. Se clăteşte cu apă călduţă şi se usucă cu un prosop curat.

Foloseşte-l o dată pe săptămână, înainte de hidratare, tonifiere şi bărbierire. Dacă ai probleme cu pielea (ex. Acnee) este bine să nu îl foloseşti decât cu acordul dermatologului.

În concluzie

Dimineaţa:

Pentru majoritatea tipurilor de piele: Curăţă pielea, bărbiereşte, tonifică, foloseşte after-shave, hidratează

Piele foarte uleioasă: Curăţă pielea, bărbiereşte, tonifică, foloseşte after-shave

Seară:

Seară este suficient să foloseşti puţină cremă de faţă exfoliantă, după care să tonifici pielea. Dacă ai un ten normal sau uscat, va trebui să termini procesul cu o cremă hidratantă. Dacă, însă, ai pielea foarte uleioasă, este recomandat să sari peste acest pas.

Pentru cei pretenţioşi

Dacă sfaturile de mai sus ţi se par prea complicate şi ai timpul şi banii necesari, poţi opta pentru un salon de întreţinere masculină. Dacă este unul care se respectă, îţi poate oferi o gamă extrem de variată de servicii: curăţire, tonifiere, purificare, prevenirea îmbătrânirii, manichiură, pedichiură, masaj, depilare cu ceară, aplicare de creme autobronzante etc.

Îngrijirea părului este un lucru esenţial, chiar dacă nu posezi… prea mult. Nimic nu pune o femeie pe fugă mai repede decât un păr neîngrijit. Râsul şi îngrijirea părului facial sunt extrem de importante pentru un bărbat modern. Vom vorbi despre asta în detaliu în cele ce urmează.

Cum să te bărbiereşti

ÎNGRIJIRKA PARUIAÂI

Eşti bărbat deci… va trebui să te bărbiereşti până la sfârşitul vieţii! Chiar şi aceia dintre voi care aveţi părul de culoare mai deschisă şi credeţi că nu vi se vede barba nerasă. Vă spun eu – se vede. Bărbieritul li se pare multora că durează prea mult şi că, uneori, este dureros. Acest lucru se datorează doar tehnicilor proaste pe care aceştia le folosesc, sau chiar lipsa vreuneia.

Vom vorbi în continuare despre bărbieritul cu lama de ras.

Înainte să începi, uită-te la felul cum Ui creşte barba. Ca regulă, trebuie să bărbiereşti în direcţia în care creşte părul. De obicei, barba creşte în jos înspre gât. Dar pe gât, părul creşte de obicei în sus, spre bărbie.

Fă un duş, spală-te pe faţă cu apă caldă sau foloseşte un prosop

umed înainte de a începe. Asta îţi va deschide porii şi va înmuia barba. Nu folosi apă fierbinte, deoarece îţi va deshidrata pielea. Eventual, poţi să foloseşti un gel exfoliant înainte pentru a curăţa celulele moarte.

Aplică spuma de râs în mişcări circulare, având grijă ca aceasta să se întindă uniform pe toată suprafaţa pe care doreşti să o râzi. Nu folosi prea multă spumă deoarece ţi se va înfunda lama de ras. Ideal, ar trebui să laşi spuma de ras să înmoaie barba timp de un minut.

Pe tot parcursul procesului, foloseşte mâna liberă să îţi întinzi pielea cât mai bine. Rade-te începând cu perciunii, obrajii şi gâtul, lăsând bărbia şi mustaţa la sfârşit. Pentru a rade mustaţa, întinde buza superioară peste dinţii superiori pentru a întinde pielea. Nu uita să cureţi lama în apă după fiecare aplicare pentru a evita depunerea firelor de păr. Loveşte lama de chiuvetă pentru a ajuta la îndepărtarea firelor de păr care rămân după spălare.

Spală cu apă caldă crema de ras rămasă de pe faţă şi uită-te să vezi dacă nu cumva ai uitat să razi vreo porţiune.

VĂint trmnn.it. xiU-tr pe fat* vu apă vâliluţ. Apoi tvtxv te uyr 01 1111 proop Aplic A «itfer */câtv-ţil. Grâul sau tailvaimil ilv după harbicnt lui tele pe airiviea din urniA în v-vial iv*m*\\ c4 Mân că *năvr shinv-urivv* Pe IwA ilv aloiol îţi întă pielea Foiom Iv utfrr-s/iiitvul pe lxi7A de aletol doar dacă ai pielea fikirâv ulviixisă

Ke! v ideal să îţi schimbi Iarna de râs după ce ai folosit-o de cinci sau şase ori

O vanantă rapidă la bărbieritul cu lama de ras este aparatul de bărbierit electric. Acesta are dezavantajul de a nu râde la fel de bine ca lama de ras. Din nou, îţi recomand un duş sau să te speli pe faţă înainte. Pentru a înmuia părul de pe faţă. Aplică crema specială, apoi ai grijă să te speli pe mâini pentru a nu intra în aparat.

Acum vine bărbieritul propriu-zis. Koloseşte-l în direcţia opusă creşterii firelor de păr. Dacă ai un aparat „rotativ", ca cel de mai sus, aplică-l în mişcări circulare. După ce îl foloseşti, este recomandat să îl cureţi iar apoi să aplici pe lame uleiul special cu care este livrat. Acest procedeu îi va prelungi durata de viaţă şi preveni ruginirea.

Perciunii

Perciunii pot avea lungimi şi forme diferite, cea mai frecventă fiind până la jumătatea urechii, de formă dreptunghiulară. Pentru a vedea ce lungime ţi se potriveşte, ia în considerare lungimea părului. Dacă ai părul scurt, este indicat a ai perciuni mai vuiţi, în timp ce un păr mai Iun* «ar potrivi cu perciuni mai lungi. Un alt factor de luat în seamă este forma feţei. Astfel, dacă ai faţa mai lungă. Îi poţi lâna mai lungi.

Pentru a tunde perciunii, urmează următoarele sfaturi:

1. Piaptănă-i în direcţia în care cresc.

2. Foloseşte lama de râs sau un aparat special pentru a le defini forma.

3. Piaptănă perciunii încă odată, în direcţia opusă celei în care

cresc.

4. Foloseşte un aparat special pentru tuns perciunii (se găsesc şi la noi. Poţi căuta pe Internet şi dup* denumirea în engleză, *sidebums*) pentru a reduce dimensiunea firelor de păr.

5. Piaptănă-i înapoi la forma normală pentru a vedea dacă îţi plac.

6. Repetă paşii 4. Şi 5. Până când eşti mulţumit de rezultat.

Îngrijirea sprâncenelor

Sprâncenele reprezintă unul dintre acele elemente care trece neobservat dar care este definitoriu când vine vorba de cât de bine arată faţa. Ştim cu toţii că faţa este primul lucru la care se uită cineva, fiind cea mai expusă parte a corpului privirilor celorlalţi.

Îngrijirea depinde de starea curentă a sprâncenelor tale.

Dacă ai sprâncene dese (care cresc foarte mult), ai două opţiuni. Opţiunea mai scumpă este să mergi la un salon cosmetic pentru a le epila în mod profesionist, cu ceară (o idee bună dacă vrei ca cineva cu experienţă să definească forma, urmând ca apoi să te descurci şi singur de acasă). Varianta mai ieftină (şi cea aleasă de mine) este să foloseşti un aparat de tuns părul facial (nas urechi, sprâncene etc.). Ku folosesc modelul Reminglon NKDH$_2$600. Singurul de acest gen pe cart[3]-l-am găsit la noi. Im prieten de-al meu şi-a luat şi el unul şi e foarte mulţumit. Din păcate, acest aparat nu râde ca o lamă. Nefiind ideal decât pentru scurtarea sprâncenelor pentru cei cărora le cresc foarte mult. Penâni a le conferi o formă, clasica pensetă îţi va veni în ajutor. Vom vorbi mai târziu despre ea.

---

[3] Ai grijă să smulgi firul de păr în direcţia în care creşte. Nu trage de el cum e mai comod. Altfel, rădăcina s-ar

_ Părul uscat

Părul uscat are un aspect opac şi este fragil. E posibil să fi ajuns aşa din cauza folosirii excesive a produselor pentru păr, a poluării sau poate să fie pur şi simplu genetic. Indiferent de

Un sfat: nu folosi lama de râs când vine vorba de îngrijirea sprâncenelor! Fiind foarte lată, e periculos să o foloseşti în zona ochilor.

Pont: Dacă ai păr deasupra ochilor (sprâncene unite), acesta trebuie să dispară. Nimic nu e mai neatractiv decât să ai păr acolo.

Studii recente arată că râsul nu cauzează ca părul să crească mai repede şi mai des. Deşi părul va arăta mai des pentru că vârfurile, odată rase, nu mai au forma iniţială alungită, ci par mai degrabă tocite. Râsul va cauza şi ca firele să crească în direcţii ciudate.

Presupunând fie că nu ai sprâncenele groase, fie că le-ai redus dimensiunile folosind recomandarea de mai sus, e timpul să vorbim despre conturarea acestora. Conturul se face cu ajutorul pensetei speciale.

Câteva sfaturi despre pensatul propriu-zis:

Spală-te pe faţă cu apă călduţă înainte de a începe smulsul. Firele vor ieşi mai uşor. Dacă ai bugetul mai mare, poţi folosi puţină loţiune tonică cu vată (pentru ca penseta să nu alunece).

Asigură-te înainte să începi că beneficiezi de o sursă de lumină puternică şi că ai o oglindă bună, preferabil una care măreşte.

putea să se reorlenteze iar firul va creşte apoi în direcţia în care tragi de el.

Extremităţile fiecărei sprâncene trebuie să fie la aceeaşi înălţime. Raportează-te la ochi şi la nas când te pensezi pentru a nu face greşeli ireparabile!

Ca bărbat, sprâncenele trebuie să arate super dar şi cât mai natural posibil. Dacă le faci să fie prea conturate, vei fi observat, mai ales de către femei, care te vor cataloga instantaneu ca metrosexual sau *gay*.

Dacă sprâncenele tale arată cât de cât normal, aranjarea lor nu va dura mult. Nu trebuie decât să smulgi câteva fire cu penseta acolo unde consideri că e necesar. Câte un fir pe rând. Doar cele care consideri că au crescut în afara zonei care conturează sprânceana. Pentru a termina procesul de conturare, poţi folosi un creion pentru

sprâncene, însă nu e obligatoriu.

Ca şi interval, o pensare ar trebui făcută ideal o dată pe săptămână, maxim o dată la 10 zile. Dacă nu eşti sigur pe tine în conturarea sprâncenelor, cheamă o amică: fetele se pricep şi abia aşteaptă să te ajute.

TIPURILE DE PÂR ŞI TUNSORILE

Mulţi bărbaţi dau o grămadă de bani pe haine, însă uită un aspect crucial al felului cum arată: tunsorile.

Tunsoarea ieae în evidenţă mai mult decât orice articol de îmbrăcăminte deoarece se află mai mult sau mai puţin la nivelul ochilor privitorilor. Indiferent de cât de interesat eşti de stil, când vine vorba de tunsori, probabil faci parte din una din doufi categorii:

1. Nu te-a preocupat niciodată tunsoare până acum şi ai nevoie de o schimbare completă. Dacă te afli aici, probabil ai considerat până acum că un piaptăn şi puţin gel e mai mult decât suficient. Te asigur că nu este aşa.

2. Ai o tunsoare potrivită de ceva vreme şi ai nevoie de o mică schimbare. O schimbare e întotdeauna binevenită. Chiar dacă tunsoarea actuală ţi se potriveşte, s-ar putea să existe altă care să-ţi vină mult mai bine.

În alegerea tunsorii perfecte sunt doar câţiva factori de care trebuie să ţii cont, factori pe care i-am aflat de la un stilist foarte bun, atunci când m-am dus la ea şi am întrebat-o: „Ce se poate face?”

Factorul numărul unu este tipul de păr. Există mai multe tipuri de păr însă îţi vei da seama instantaneu în care categorie te înscrii.

motiv, trebuie nA ai o grijă mai mare de el decât restul bărbaţilor.

Nu folofti produse pe bază de alcool pe el. Acest lucru va contribui la deshidratare.

Când te speli pe cap, masează scalpul pentru a stimula vasele de sânge din acea zonă şi a contribui la hidratarea părului.

Odată ce ai rezolvat problema hidratării, lasă-l să crească pentru a vedea ce tunsoare ţi s-ar potrivi. Indiferent dacă devine cârlionţat

sau rămâne drept, aruncă o privire peste categoriile de mai jos.

Păr uleios

Părul uleios este o altă problemă comună. Dacă ai un asemenea păr îţi recomand să nu ţi-l speli în fiecare zi, altfel problema se va accentua.

Pâr cârlionţat

Mulţi bărbaţi cu acest gen de păr se plâng de faptul că nu au păr lins pentru a putea avea tunsoarea mult visată. Nu e nici pe departe aşa. Cu siguranţă, aceştia nu ştiu că bărbaţii cu părul lins îşi doresc câteodată păr cârlionţat. Părerea mea: cu toţii vrem ceea ce nu putem avea.

schimbat ţinerea. Mi-a recomandat un şampon special tiv hrăneşte i înmoaie părul. Acesta nu se găseşte în magazine îs**4**-M poţi comanda prin stilist. Mie mi-a recomandat Llss: ltime de la VOreal şi pot spune că a făcut minuni chiar după rima spălare.

Sfaturi pentru folosirea acestui tip de şampon:

O Ai grijă să nu ai mătreaţă când începi să-l foloseşti. Dacă e o problemă, foloseşte un şampon antimătreaţă o perioadă, abia apoi poţi să treci pe cel special.

O Şamponul amintit mai devreme e mai scump dar trebuie folosite doar 2 – 3 picături de fiecare dată. Este foarte important să ţii minte acest detaliu.

---

[4] Păr aspru şi des

Acesta este tipul de păr pe care îl am eu. Am trăit ani de zile cu impresia că nu se poate face nimic însă o vizită la stilist

_ Pasul al doilea: foloseşte o pilă de unghii pentru a le finisa şi pentru a le da forma dorită.

Pasul al treilea: cuticulele. Cuticulele sunt pieliţele de la baza fiecărei unghii. Majoritatea nu au probleme cu ele dar dacă nu eşti printre cei norocoşi (cel mai probabil dacă ai pielea mai uscată), va trebui să faci ceva în acest sens. Rolul lor este acela de a nu lăsa bacteriile să intre în

Odată ce ai rezolvat problema părului rebel şi l-ai lăsat să crească cât mai mult, te poţi gândi la tunsoarea ta perfectă.

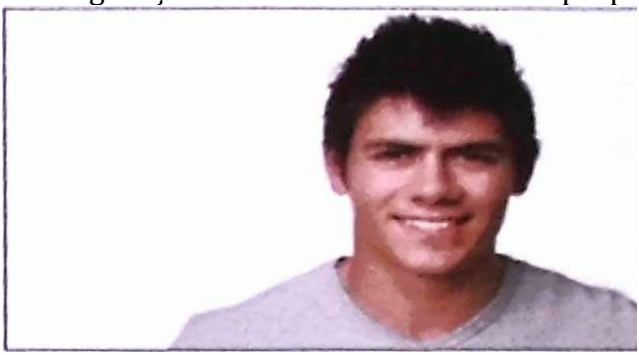
Păr subţire/lins

Probabil cea mai mare varietate de tunsori pot fi făcute cu acest tip de păr. Cel mai mare avantaj este că îl poţi lăsa să crească cât vrei tu de mult, pentru a avea mai multe opţiuni când vine vorba de noua ta tunsoare.

Odată ce ai stabilit care sunt principalele dificultăţi în alegerea tunsorii când vine vorba de păr, să vedem de ce alţi factori ar mai trebui să ţii cont.

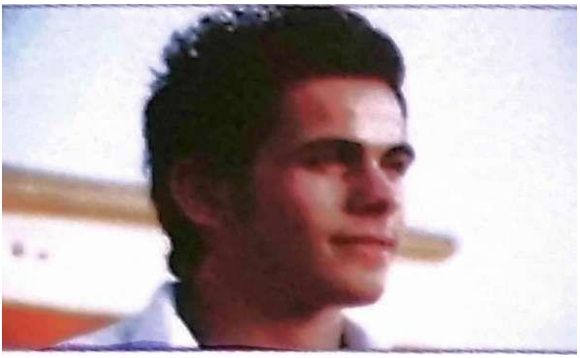
Poate cel mai important este forma feţei. Deşi sunt şapte tipuri distincte de forme ale feţei, voi încerca să simplific lucrurile. Fie ai faţa rotundă, fie ai faţa alungită.

O faţă alungită este considerată mai atractivă decât una rotundă care, uneori, te poate face să păi mai plinuţ decât eşti în realitate. Deci. ChivA te afli în aceamă categorie, te felicit. Pe merge Pv o varietate de tunsori. Aruncă o privire peste imngin urmittuare – sunt tinereşti, pline de hun gust şi nu se v demoda în viitorul apropiat.



Observă cum tipul de mai sus şi-a lăsat breton în parte din faţă, însă doar pe mijloc. Uită-te cu atenţie la unghiuri făcute în creştetul capului pentru a le reproduce. Foloseşte a gel bun, nu alege cel mai ieftin produs.

Dacă ai părul mai ondulat, poţi încerca ceva asemănător cu ce are tipul de mai sus. După cum vezi, nu are acel *wet look* deci va trebui să foloseşti un gel special. Încearcă ceva extraforte dacă e nevoie.



Frizura de mai sus este uşor de făcut dacă nu ai pfârul cârlionţat.

Dacă vrei ceva mai îndrăzneţ, pregăteşte-te să aloci mai mult timp pentru părul tău. Spre exemplu:

Să vedem ce poţi face dacă ai faţă rotundă. O idee de bază este aceea de a tunde părul din lateral mai scurt decât cel din restul zonelor. Asta va crea iluzia că faţa ta e mai alungită în realitate. În plus, încearcă să îţi laşi perciunii mai lungi şi mai subţiri la extremităţi, ca tipul de mai jos (de notat că o astfel de freză nu ar merge niciodată la o faţă ovală):

Dacă părul nu îţi permite să te tunzi ca tipul din imaginea de mai sus, va trebui să recurgi la una din tunsorile pentru feţe ovale. De ce? Pentru că nimic nu e mai rău decât să ai capul rotund şi să fii tuns scurt. Ridică-ţi părul în sus pentru a-ţi alungi forma feţei. O faţă alungită este mult mai atractivă decât una rotundă.

Dacă modelele de mai sus nu te mulţumesc, cel mai bine e să mergi al un stilist. Îţi va putea da sugestii pe placul tău.

RESTUL PILOZITĂŢILOR

Îndepărtare* părului de pe corp

Fie că meiţi des la plajă sau nu. Îndepărtarea părului din părţile nedorite este importantă. Nu voi vorbi despre epilarea cu ceară datorită faptului că este prea complicată şi… nu e nevoie să fim chiar aşa de meticuloşi.

Un aparat de tuns părul de pe corp este mai mult decât suficient. Cu el poţi îndepărta părul din aproape orice zonă a corpului, cu excepţia spatelui, chiar şi din zonele intime. Este bine ca la achiziţionarea unui astfel de produs să verifici că este permisă tunderea zonelor genitale. O alternativă la tunderea în zonele sensibile este folosirea unei forfecuţe.

Prima zonă pe care trebuie să o razi este subraţul. Dacă ţi se pare prea îndrăzneţ să te razi pe piept sau picioare, subraţul e un punct de plecare foarte bun. Nu numai că este estetic dar îţi ajută pielea să respire mai bine. Ştim cu toţii că subraţul este una dintre zonele care transpiră cel mai mult.

Sfat. Indiferent de zona de pe corp pe care vrei să o tunzi, foloseşte-te de mâna liberă pentru a întoarce părul în direcţia opusă celei în care creşte, apoi tunde tot în direcţia opusă creşterii.

Părul de pe spate

Acesta poate fi o problemă când vine vorba de îndepărtat. Citeam zilele trecute un studiu în care 90 dintre femeile intervievate au declarat că găsenc părul de pe spate ca fiind neatractiv.

Dacă ai pâr pe spate, nu îţi face probleme. Dacă ai păr foarte mult pe spate, acesta trebuie să dispară. Cel mai sigur este să mergi la un salon unde te poţi epila cu ceară.

Îngrijirea unghiilor

Unghiile sunt cu siguranţă în topul celor mai ignorate aspecte ale îngrijirii masculine. Şi culmea, durează cel mai puţin. Dacă mai adăugăm la aceasta şi faptul că mâna este partea corpului care intră cel

mai mult în contact cu ceilalţi atunci… urmează următorii paşi simpli.

Pasul întâi: păstrează-le cât mai scurte. Ai grijă ca unghiile tale să nu depăşească niciodată 3 milimetri. Taie doar vârfurile unghiilor şi nu partea laterală pentru a nu risca să te tai sau înţepi.

corp printre unghii şi piele. Este suficient să le ţii scurtate tăindu-le regulat cu o fbrfecuţă dreaptă.

Dac*, în schimb, vrei să ai extrem de mare grijă de ele, următorul pas pe care l-ai putea face este să le hidratezi, cu ţiutorul unui ulei special pentru cuticule (ai grţia însă să spui la magazin că îl cumperi pentru sora ta).

Dacă ai probleme cu ele (se înroşeşte zona) atunci este bine nu să le tai, ci să le împingi înapoi", astfel: foloseşte puţin ulei pentru cuticule (ca cel menţionat mai sus), cu care să le înmoi pentru câteva minute. Apoi foloseşte-te de un dop de vată pentru a le împinge înapoi. Abia acum este ok să tai părţile de piele moartă.

Să nu îţi fie jenă să acorzi mai mult timp îngrijirii unghiilor. Treptat, sfaturile din această care vor fi urmate de din ce în ce mai mulţi bărbaţi iar tu ai avantajul de a fi printre primii care beneficiază de ele.

CAPITOLUL AL DOILEA COSTUMELE

Indiferent cât de scumpe sunt hainele sport sau *casual* pe care le porţi, un costum va atrage întotdeauna atenţia mai mult. Cu siguranţă că ai observat, mergând pe stradă la costum, cum toţi ochii sunt aţintiţi asupra ta. Nimeni nu se îmbracă la costum decât la ocazii speciale, cu excepţia celor care au ţinută obligatorie la serviciu.

Hai să vedem acum cum să îţi găseşti costumul potrivit.

În primul rând trebuie să ştii faptul că un costum trebuie purtat cu încredere. Cu alte cuvinte, cât de bine îţi vine şi cât de confortabil te simţi în el sunt esenţiale. Ţine minte aceste două lucruri când mergi la probat.

În al doilea rând trebuie să ştii DE CE îl cumperi. E pentru serviciu? Mergi la o nuntă? Vrei să îl porţi în viaţa de zi cu zi pentru a face impresie? Trebuie să ştii cât mai multe detalii înainte de a-l

cumpăra, pentru că e o investiţie destul de mare. Nu trebuie să te grăbeşti. Altfel, s-ar putea să rişti să rămâi cu el „la naftalină" ani de zile şi… cu o gaură în buget.

În al treilea rând trebuie să te hotărăşti asupra unor detalii ale costumului. Ce culoare şi din ce material ai vrea să fie? câţi nasturi să aibă? Vrei cu unul sau cu două rânduri de nasturi? Cum ar trebui să arate reverul?

Alege materialul

Costumul unui HArkit bine îmbrăcat trebttic să fie din materialenat ural A. Respevtarva donr a acvstui criteriu nu asigură calitatea wstimvnânţiei. Dar nerespectarva lui cu siguranţă o distruge.

Cel mai bun şi cu mai răspândit material este lâna. Acest material este indicat pentru că poate fi purtat indiferent de sezon, este un material prin care „se respiră" uşor. Se croieşte uşor, rezistă la şifonare* culorile sunt rezistente şi vine într-o varietate de grosimi.

Alte alternative de material:

Bumbacul. Acesta este cea mai bună alegere pentru material ca alternativă la lâna, în special pentru perioadele mai calde, deoarece „respiră" bine. Mulţi bărbaţi aleg costume de bumbac care au puţin fir lycra în compoziţie, care face costumul mai rezistent la şifonare şi face materialul să se aşeze mai bine.

Caşmirul. Calitatea acestui material este binecunoscută de oricine. Un costum din caşmir este ideal în perioadele cu schimbări frecvente de temperatură deoarece păstrează în interiorul său o temperatură constantă. Dezavantajul acestui material este costul extrem de ridicat. În ultima vreme producătorii de costume au început să-l evite, orientându-se spre materiale mai ieftine. Astfel, costumele din caşmir au devenit foarte greu de găsit.

Poplinul este o combinaţie de materiale uşoare re include: mătase, bumbac, limă şi uneori ţioliemer. Acest tip cir material este des întâlnit la modelele de costum foarte elegante, pentru ocazii. Este un material ideal pentru varA. De/avantajul costumelor realizate din acest material este durabilitatea redusă, costumele din popi în fiind foarte delicate.

Inul – este un material foarte uşor şi neted. Deşi îmbrăca rea acestui material îţi va da o senzaţie tropicală, el se şifonează imediat şi se pătează foarte uşor. Nu reprezintă cea mai inspirată alegere pentru costum decât dacă te încântă plimbările frecvente la curăţătorie.

Poliesterul – acesta este un material sintetic foarte ieftin, ce nu trebuie NICIODATĂ ales pentru costum. Se încinge deoarece păstrează în interior căldura corpului şi nu-l lasă să respire, se şifonează destul de uşor şi deseori are un luciu nenatural şi ciudat.

Microfibrele – un alt material sintetic, dar care este făcut din fibre foarte subţiri ce permit corpului să respire mai bine decât o face poliesterul. Este unul dintre cele mai ieftine materiale disponibile, dar nu este de calitate.

Orice material ai alege, evită să duci costumul la curăţătorie foarte des deoarece procesul de curăţare scurtează viaţa oricărui articol vestimentar.

Alege culoarea

Primul lucru pe care cineva îl va observa la costumul tău, înainte de croială, număr de nasturi, modul în care se aşază pe tine este culoarea. Prima impresie contează întotdeauna, deci este evident că alegerea culorii costumului este una dintre deciziile cele mai importante. Dar aceasta nu e o misiune atât de grea jr cât îţi imaginezi. Stilul clasic se barează Pe citem reguli simple în exiiită imiţatr fac din alegerea culorii potrivite o să ret n A tivitul de uşor.

În materie de costume, anumite otlori sunt potrixite oricând. În timp ce altele ce se potrivesc unei anumite ocazii sunt total nepotrivite în altele. L) e asemenea, unele culori sunt indicate numai în anumite anotimpuri.

Dacă eşti genul de persoană care de obicei nu poartă costum, şi ai *nevoie* doar de unul pentru nunţi şi alte ocazii asemănătoare unde este necesară o ţinută formală, un costum de culoare închisă va fi mereu potrivitalbastrul închis, griul închis sau negrul sunt cele mai indicate culori.

Când eşti la o nuntă sau la o petrecere, într-un costum albastru închis vei arăta super când se va lăsa seara. Poate fi purtat atât cu pantofi negri cât şi maro închis. Un costum negru poate părea cea mai bună alegere pentru cei tineri, însă, de fapt, este alegerea cea mai puţin versatilă. Totuşi, există situaţii în care doar negrul e bun, deci ar fi bine

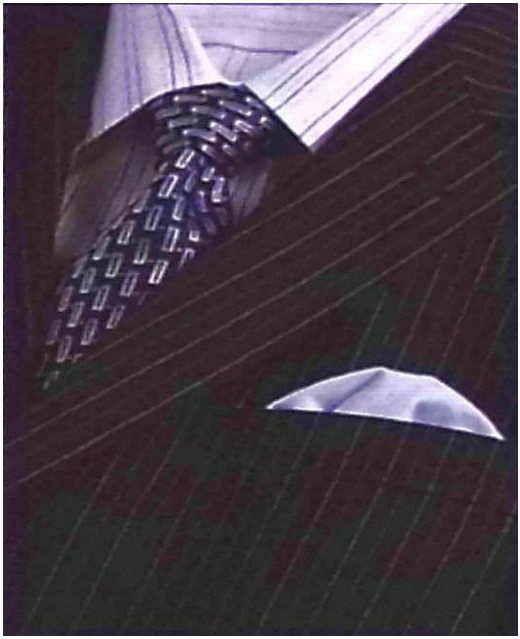
să ai un costum negru, pentru orice eventualitate.

Acum că am rezolvat problema pentru cei ce se limitează la un singur costum, deşi indicat ar fi ca oricine să aibă în garderobă măcar două astfel de piese vestimentare, putem trece la cei ce obişnuiesc să poarte costume în mod frecvent.

Gri

Este o culoare de primăvară şi vară care nu atrage excesiv atenţia asupra celui care o poartă, în schimb îi accentuează trăsăturile feţei, de aceea este indicată celor cu o piele fină, indiferent de nuanţa tenului. Totuşi, cu cât ai pielea mai închisă la culoare, cu-atât va merge mai bine. Se poate purta cu cămăşi albe, bleu-deschis şi aproape orice altă nuanţă pală, dar dacă ai tenul foarte deschis la culoare ar fi mai bine să alegi nuanţe mai puternice pentru cămăşi.

Albastru închis



Orice garderobă ar trebui. Să se bazeze pe o selecţie de costume de culori închise, deoarece sunt potrivite în aproape orice situaţie. Cea mai indicată culoare, şi cea mai des întâlnită este albastru închis, o culoare foarte tradiţională şi elegantă.

Un clasic: albastru închis cu dungi albe (enfir. *Pinstripe* suit)

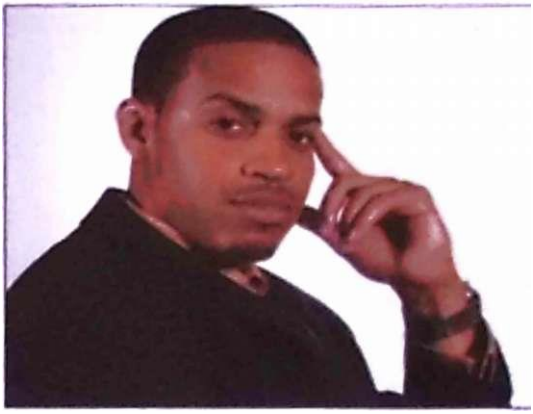
Acest tip de costum nu are nevoie de comentarii. Când îl vezi, îţi sare imediat în ochi. Este folosit de multe companii din Marea Britanie pe post de uniformă, dar doar de cele cu buget şi care vor să iasă în evidenţă.

Negru

Negrul îţi poate da un aer extrem de autoritar dar, în funcţie de cămaşa şi cravata pe care le porţi, îţi poţi conferi rapid o imagine de *baci bay*. Că bărbatul din imaginea de mai jos.

Gri închis (culoarea cărbunelui)

Vrei un costum sigur pentru majoritatea situaţiilor dar nici plictisitor? Ai tenul deschis? Un costum gri închis e perfect pentru tine. Probează unul data viitoare când mergi la cumpărături.



Maronul

Maronul este o altă culoare popularA printre materialele folosite la costume, cu variante pornind de la cafeniu deschis până la tonuri de ciocolatiu foarte închis. Foarte mulţi

bărbaţi arată super în acest gen de culori.

Se ştie însă că până în anii ’80, maronul nu era considerat o culoare potrivită pentru stilul *business*. Deşi vremurile s-au schimbat, şi maronul a devenit la fel de potrivit ca şi albastrul închis, griul închis şi negrul pentru stilul *business*. Există membri ai „vechii gărzi” care mai

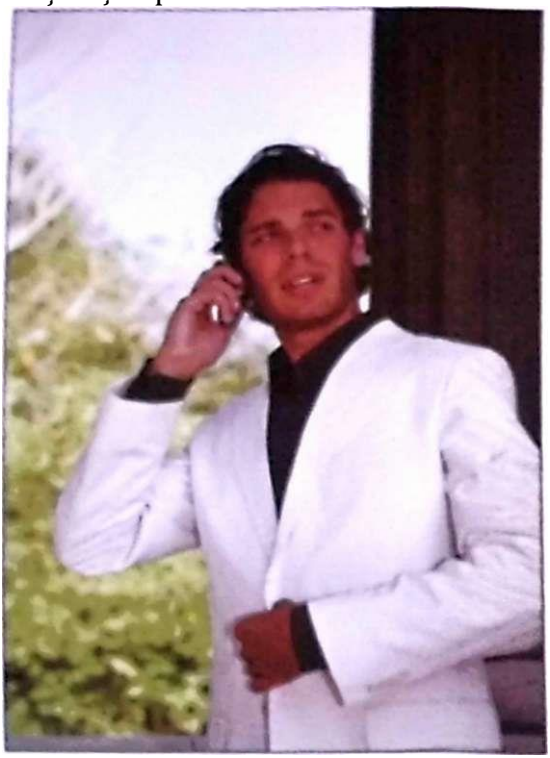
ţin încă cont de această regulă. Asta nu ar trebui să descurajeze un bărbat bine îmbrăcat în alegerea unui costum maro pentru business, dar e bine de ştiut acest aspect.

Bej

Mai puţin strident decât albul, acesta te scoate în evidenţă la fel de bine, este ideal primăvara şi vara. Se potriveşte bine cu cămăşi albe, albastru deschis sau orice nuanţă pastelată. Încearcă să experimentezi

ninînţf4» cu sfh* «tni IWI Imul «tr rhr inciwri ontiftnţi «V slH» «trv nun ik-i în Imul mrhtv InnrsrrA

un ţinuşr tip Wuc



Umil miirttr xi exwiti în oximt* mii bine o mntrtJ tir n «nu inrincA

Albul

(Xikiurr (Uvid pentru anotimpul călduri. Se* f-trivete oncui cu exorjhia celor cu tenul foarte deM hiv dar chiar şi, ct-tM. Alegând e cam-i de culoare potriviţi pot fi inedă acect inconvenient Secretul pentru a arăta bine într-un roertum alb este să îl jxrţi cu inemlere.

Pentru a alege între diferitele variante trebuie să ţii cont de combinaţia ta de culoare a părului, culoare a ochilor şi nuanţă a tenului. Fii atent ce culori ale vestimentaţiei îţi pun în valoare trăsăturile şi ce culori îţi camuflează eventualele defecte. Singura modalitate de a vedea aceste: istxvle este probând. Şi nu uita un amănunt important atunci cânii probezi în faţa oglinzii: fii atent la lumină! Culorile materialelor pot căpăta anumite nuanţe la lumină fluorescentă şi pot ivm wM (f te al cmvthp la itv Atipf potmug e în fwnctir dr emir wt pwta atiwd

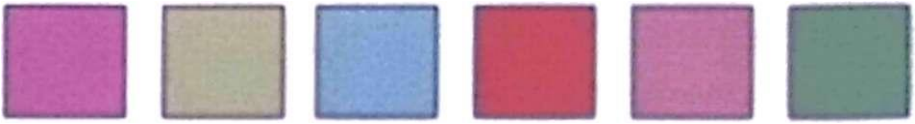
Cukwilr tiadhkmalr pânfm coatumr. Jbxtm Mim. Gri tocim şi îmiu îi r putrivfw tuturor Hprrihr di în 4 fotfrrf nuanţa tenului influenţează în «prrial akpi ta cămăşăă. ImaM fi accesoriilor. Ea nefiind atât dr importantă în aknir» a culorii costumului. Din acest motiv, dacă alegi un costum întrona din amtr culori tradiţionale, nu vei ivn de ce să îţi iad griji

Bărbaţii cu părul foarte inchn la culoare şi tenul foarte deschis, dar şi cei cu tenul foarte închin au cei foarte bronzaţi trebuie să fie puţin mai atenţi decât restul, deoarece o culoare greşită de costum îi poate dezavantaja enorm.

Astfel, dacă ai un ten foarte deschis, un costum închis la culoare îţi va evidenţia această trăsătură. În timp ce culori mai deschise ca griul sau cafeniul o vor estompa.

Un bărbat cu părul de culoare deschisă şi ten deschis va fi avantajat de costume în culori pământii.

Dacă ai un ten închis. Un costum de culoare închisă combinat cu o cămaşă de nuanţă deschisă poate asigura un contrast excelent, iar dacă ai un ten mediu, o cămaşă şi o cravată în culori pale îţi pot asigura un *fook* călduros, iată câteva exemple de astfel de culori pale:



Alege modelul

Stilurile costumelor bărbăteşti nu sunt foarte complicate. IV fapt exist* doar câteva stiluri de bazA de la are pornesc o varietate de modele.

Stilul englezesc

Stilul englezesc este unul supus rigorilor vestimentaţiei. Se pune accent pe respectarea regulilor de stil, lucru reflectat în costume. Costumele englezeşti arată în primul rând clasa socială din care fac parte cei care le poartă. Sunt un simbol al apartenenţei la un colectiv sau la o ideologie. Englezii, spre deosebire de americani sau italieni, nu văd costumul ca pe un mod de a-ţi exprima individualitatea.

Costumul englezesc se remarcă prin sacou cu talie înaltă, cu umerii uşor lăsaţi, în timp ce pantalonii sunt şi ei cu talie înaltă şi sunt relativ strâmţi pe picior.

Stilul italian

Costumele italieneşti sunt, din multe puncte de vedere, opusele celor englezeşti. Italienii poartă costume pentru a se mândri cu individualitate, cu statut social sau cu bani. Vor să iasă în evidenţă prin hainele pe care le poartă, să arate bun gust şi eleganţă.

Stilul american

Cele mai tinereşti modele ce dau o imagine relaxată. Sacoul este cu doi nasturi dispuşi pe un singur rând iar pantalonii filră dungă. Acest tip de costum îţi poate pune cel mai bine în evidentă fizicul. Reverul foarte deschis accentuează linia bustului iar pantalonii fără dungă evidenţiază picioarele mai mult decât cei cu dungă.

Stilul mandarin

Stilul mandarin este unul unic, ce probabil nu ar trebui clasificat printre stilurile clasice. Inspirat de culturile orientale, ocupă un rol aparte datorită popularităţii de care s-a bucurat în ultima perioadă. Principalul detaliu ce îl caracterizează este gulerul foarte scurt şi ridicat. Şi sacoul este diferit prin faptul că este închis în nasturi până sus, având în mod obişnuit 5 sau 6 nasturi. La acest tip de costum se vor purta cămăşi cu guler în acelaşi stil, şi de cravată bineînţeles că nu poate fi vorba.

Sacoul cu piept dublu (eng. *Double-breasted*)

Un stil de costum perfect valabil este *cei double-breasted*. Diferenţa faţă de celelalte tipuri de costume este faptul că acest tip are sacoul cu două rânduri de nasturi. Astfel, părţile din faţă ale sacoului se suprapun atunci când «roul este încheiat. Mai mult ca la modelele

obişnuite. Vn asemenea costam este o alternativ* excelentă dacă xrei să arăţi clasă şi bun gust în mediile de afaceri.

Alege numărul de nasturi

Costumele cu trei nasturi – nu îi le recomand. Acestea erau foarte populare în anii ’90, deoarece cele cu doi nasturi erau considerate mai conservative. Acum, lucrurile încep să se inverseze.

Costumele cu doi nasturi – sunt potrivite pentru majoritatea bărbaţilor. Indiferent ce marcă preferi, cu siguranţă că au şi modele cu doi nasturi, doar că încearcă să le facă cât mai moderne, pentru a atrage cumpărătorii.

Costumele cu un singur nasture – o alternativă la cele cu doi nasturi însă sunt potrivite în situaţii mai *casual*.

Câţi nasturi trebuie încheiaţi?

În afara cazului în care e un sacou cu un singur nasture, să nu închei niciodată nasturele de jos. E doar de decor iar dacă l-ai închide, te-ar strânge prea tare în partea de jos, făcându-ţi mersul mai dificil.

La un sacou cu doi nasturi, încheiv nasturele de sus.

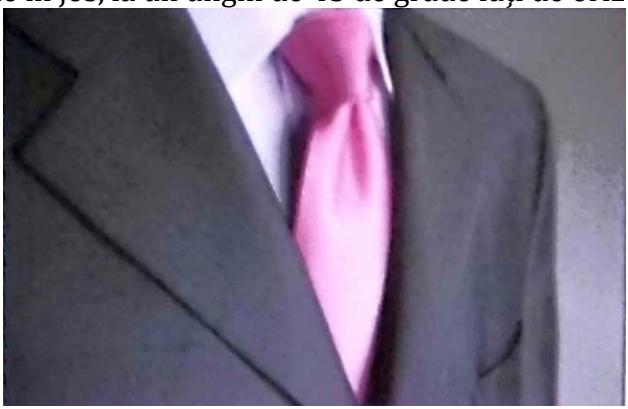
la unul cu trei, pe primii doi de sus sau cel din mijloc. Rezistă tentaţiei de a-l închide doar pe cel de sus, lăsându-i pe ceilalţi doi desfăcuţi. Evită, totuşi, costumele cu trei sau mai mulţi nasturi – sunt considerate demodate.

Alege tipul de rever

Reverul este porţiunea *întoarsă* a sacoului, de o parte şi de alta a pieptului, care prelungeşte gulerul.

Există mai multe tipuri: reverul obişnuit, cu vârfurile în sus, sau cu rever rotunjit. Trebuie să ştii unde vei purta costumul înainte să alegi tipul de rever: reverul obişnuit merge în majoritatea situaţiilor în timp ce reverul cu vârfurile în sus este potrivit situaţiilor formale şi se regăseşte în special la sacourile *double-breasted* (cu două rânduri de nasturi).

Reverul obişnuit (*eng*. *Notch lapel*) îl ai în imaginea următoare – este cel mai des întâlnit la costume. Observă culi vârful reverului ţinteşte în jos, la un unghi de 45 de grade faţi de orizontală.



Iată reverul cu vârf ascuţit (cm/. PeaA: *lapel*), potrivit mediilordeafaivri:

Revenii rotunjit este mai puţin întâlnit, nu vom insista asupra lui. Practic, în loc de acele vârfuri, sacoul are pur şi simplu o linie curbă.

Evită reverele strâmte şi cele foarte largi, alege ceva între. Dacă trăsăturile feţei sunt mai ascuţite, la fel poate fi şi acesta. Dacă ai trăsături rotunjite, te va avantaja unul rotunjit.

Cumpărarea costumului înainte să alegi primul costum pe care pui ochii când intri în magazin, aplică ceea ce ai citit până acum. Caută costumul din materialul pe care îl vrei, culoarea pe care o vrei şi care să se încadreze în buget. Nu face compromisuri doar pentru că nu ai găsit costumul ideal în primul magazin în care ai intrat.

Contrar credinţelor populare, costumul, atunci când este ales cu atenţie, este o piesă vestimentară foarte confortabilă. Dacă nu este aşa, în majoritatea cazurilor nu este de vină modelul, ci mărimea aleasă. Suferitul de dragul frumuseţii nu-şi are rostul, dacă nu te simţi bine în costumul ales fii sigur că asta se va observa cu uşurinţă. Un bărbat arată bine atunci când hainele pe care le poartă i se potrivesc. Dacă ai sunt prea mici îl vor incomoda şi strânge peste tot, iar dacă sunt prea mari atunci va arăta ca şi cum le-a împrumutat de la cineva mai mare. Dar cum să îţi dai seama dacă un costum este pe mărimea ta? Începând de sus în jos, verifică următoarele detalii atunci când probezi:

Înălţimea gulerului – gulerul trebuie să fie atât de înalt încât să lase la vedere jumătate de centimetru din gulerul cămăşii în timp ce stai drept. Aşa te asiguri că, atunci când eşti aşezat, cămaşa ta nu va dispărea cu totul.

Gulerul sacoului trebuie să stea lipit de cel al cămăşii atunci când îţi mişti mâinile.

Umerii sacoului trebuie să dea impresia că umerii tăi coboară uşor în mod natural. Evită sacourile cu perniţe la umeri, nu se mai poartă aşa ceva!

Mânecile – orificiile pentru mâneci trebuie să fie atât de sus încât, atunci când ridici mâinile deasupra capului, sacoul să nu se ridice tot acoperindu-ţi faţa. Lungimea mânecilor trebuie să asigure că un centimetru din manşeta elmaşii rămâne vizibil, dar nu mai mult (vezi capitolul despre râm Aşi pentru o poză edificatoarr).

Nasturele de jos de la sacou 1111 ar trebui încheiat niciodată – nici când stai în picioare. Liksând acest nasture încheiat, rişti să îl rupi când te aşezi.

Pantalonii trebuie să se sprijine pe talie, nu pe şolduri şi trebuie să se potrivească comod între picioare, filră a lăsa prea mult spaţiu. Pe picior, pantalonii trebuie să cadă drept, fără a forma umflături. Persoanele mai scunde probabil vor trebui să îşi scurteze pantalonii la un sacou ce le vine bine.

Ca lungime, pantalonii trebuie să atingă partea superioară a tălpii pantofului în spate, şi să atingă uşor pantoful în faţă.

Du-l la croitor

Croitorul se va ocupa de micile detalii, odată ce ai găsit ceva ce ţi se potriveşte. Micile detalii ar putea face toată diferenţa. În plus, te vei simţi mult mai bine când vei şti că ai pe tine un costum care îţi vine perfect! Un croitor va putea de exemplu să lărgească sau îngusteze pantalonii, în funcţie de nevoie. Ai totuşi grijă să nu fie necesar să modifice mărimea cu mai mult de 1 – 2 cm. Dacă nu se poate altfel, înseamnă că nu ai ales bine costumul.

Există numai anumite zone în care croitorul poate interveni în

mod elegant asupra unui costum:

limitat A În cât exces tic material a în lăsat la croirea pantalonilor. Poţi verifica asta uitându-tr în interiorul lor.

Lungimea pantalonilor – la fel ca la talie, şi în lungime pantalonii pot fi micşoraţi oricât şi lungiţi doar în limita materialului lăsat disponibil la croire.

Sacoul poate fi lărgit la talie şi scurtat la mâneci dar fii atent să alegi un croitor priceput pentru a interveni asupra lui.

Cel mai bun costum pentru tine

Să vedem acum ce fel de costum ţi se potriveşte. Unora le este mai uşor decât altora să îşi găsească un costum care să le vină bine. Alţii au nevoi speciale când vine vorba să aleagă. Au nevoie de un anumit material care să se potrivească cu tipul lor somatic (dacă sunt graşi sau slabi), cu înălţimea etc.

Dacă eşti înalt şi subţire… alege culori mai deschise. Culorile mai deschise fac lucrurile să pară mai mari, deci poţi folosi asta în avantajul tău. Încearcă să eviţi dungi verticale (care alungesc) şi culori închise (care subţiază) şi alege culori deschise cum ar fi kaki sau gri.

Dacă eşti mai gras… poartă materiale uşoare şi culori închise. Toată lumea a auzit că culorile închise slăbesc. Poţi opta pentru albastru închis sau negru. Alege culori mate sau cu dungi verticale.

Dacă eşti mic de înălţime… sau chiar dacă încerci să pari mai înalt, indiferent de Înălţimea Ta reală, foloseşte sfaturile următoare:

Kvit. T ntloniv ţipaţi-mv nu vor tace decât să atrag A atenţia asupra ta Kxcepţii poţi face doar în medii informale. Vând vrei să ieşi în evidenţii.

IVnâni a ieşi subtil în evident A în mediile formale poţi să tv foloseşti liniştit de eternele dungi vertivale. Nu vei avea pribleme să găseşti costume care să le aibă. Chiar şi eu am unul. La cei t", 5 cm ai mei.

Vn alt artificiu pe care îl poţi face este să alegi haina să fie cu unul sau doi nasturi.

Întreţinerea costumului

Dacă iei în considerare preţul destul de ridicat pe care îl plăteşti pentru achiziţionarea unui costum, e normal să vrei să acorzi o grijă deosebită întreţinerii acestuia pentru a te putea folosi de el cât mai mult timp.

Costumul se va ţine doar pe umeraş. Fii atent ca acesta să fie potrivit umerilor sacoului, să nu provoace deformări la umeri dacă este prea mic sau la mâneci dacă este prea mare. Pentru pantaloni există umeraşe speciale pentru prinderea acestora, evită să îi ţii îndoiţi. Pantalonii se prin de acele umeraşe de tiv, pentru ca aceştia să stea drepţi sub propria greutate. Practic, aceştia stau cu capu-n jos.

De asemenea, evită să porţi piesele costumului separat, atunci când una dintre acestea este purtată mai des se poate decolora mai mult decât cealaltă.

Când depozitezi costumul pentru mai mult timp trebuie să fii atent la molii. Aceste mici insecte pot provoca găuri imense în bugetul tău! Armele împotriva lor sunt: clasica naftalină, mai modernele spriy-uri sau odorizante de dulap. Dacă ai un dulap din lemn de cedru acesta este locul ideal de depozitare.

Atunci când trebuie să călătoreşti cu un costum pot apărea probleme. Foloseşte întotdeauna huse (saci) pentru costume (ne găsesc în comerţ şi sunt destul de ieftine) şi încearcă să ţii costumul atârnat.

Când vrei să cureţi costumul, nici măcar să nu îţi treacă prin cap să îl bagi în maşina de spălat! Costumele se curăţă la curăţătorii chimice specializate, aşa că informează-te şi găseşte una competentă. Încearcă să îl duci acolo cât mai rar totuşi, curăţarea chimică fiind un proces destul de dur care, repetat des, duce la distrugerea articolelor vestimentare. Curăţarea chimică se poate evita în întregime dacă alegi o perie moale, eventual cu fire din păr de capră şi o foloseşti cu atenţie pentru curăţarea costumului după fiecare purtare a acestuia.

CAPITOLUL AL TREILEA: CĂMĂŞILE

Cămaşa este unul dintre elementele unei ţinute care iese în mod deschis în evidenţă, motiv pentru care consider că are nevoie de mai

multă atenţie. Poate fi de două tipuri: formală sau *casual*. Primul tip se referă la cămăşile care se poartă fie la costum fie la sacou şi pantaloni formali, cel de-al doilea la cămăşile care merg la blugi sau sacouri sport.

Cămăşile formale

Un lucru interesant este acesta: cămaşa era considerată în trecut o piesă de lenjerie intimă. Nu avea nasturi în partea superioară, deci, pentru a o da jos, bărbatul trebuia să o dea peste cap, asemenea tricoului. Nu se purta niciodată fără ceva peste, lăsând să se vadă doar gulerul.

Cămaşa albă era considerată, până acum o sută de ani, un simbol al bunăstării. Motivul era simplu: doar cei bogaţi îşi permiteau să-şi păstreze cămăşile albe tot timpul precum şi să le înlocuiască pe cele vechi suficient de des. O cămaşă albă s-ar fi murdărit uşor dacă ar fi fost purtată la muncile zilnice deci numai un stăpân sau un om bogat şi-ar fi permis să o poarte.

Gulerul

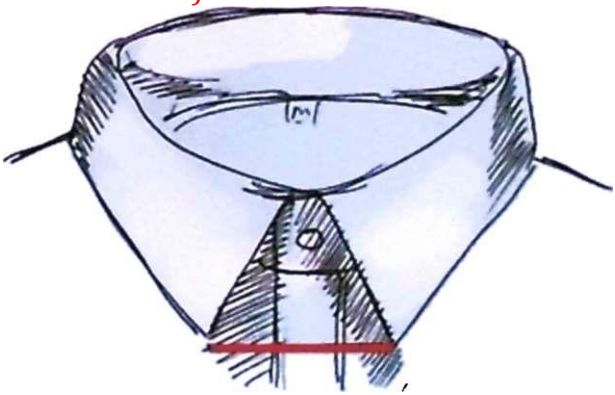
Gulerul este unul din elementele cămăşii la care trebuie să fii atent în momentul achiziţiei. Gulerele de calitate sunt neşifonate. Dacă observi la cămaşa pe care vrei să o iei că are gulerul şifonat, acesta este un semn că acesta va stă aşa tot timpul şi că se va deteriora şi mai mult în timp.

Un alt element esenţial este bucata aceea de plastic care se pune sub guler, şi care se detaşează şi se aruncă în momentul când o foloseşti pentru prima dată. CĂmăşile de calitate au aşa ceva, cele de calitate slabă, nu.

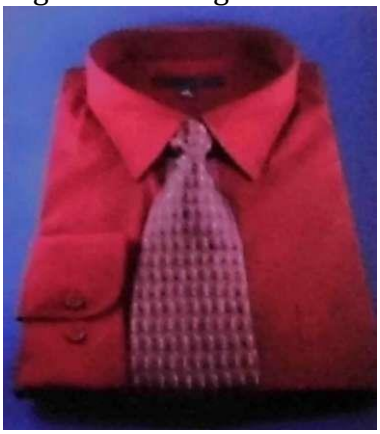
Ai grijă ca gulerul să nu te strângă. Când o probezi, e important să închei panA şi ultimul nasture. Dacă poţi strecura un deget între cămaşa încheiată şi gât, înseamnă că nu o să te strângă şi o să fie bine în cazul în care intră puţin la apă după primele spălări.

Când alegi o cămaşă formală, trebuie să te uiţi la lăţimea gulerului. Dacă îţi faci noduri la cravată mai largi, e normal ca şi gulerul să fie mai larg pentru ca acesta să încapă (prin lărgime mă

refer la distanţa dintre extremităţile gulerului – linia roşie din imaginea următoare).



FVnâni lfgmr «glumilui. Ţine cont şi de forma feţei şi de lungime* gâtului. Pentru un gât scurt caută un guler scurt, pentru unul lung. Un guler mai lung.



Când porţi sacoul peste, extremitatea gulerului cămăşii trebuie să fie acoperit. Ivi spate, gulerul trebuie, de asemenea, să fie acoperit doar parţial de sacou.

Ce guler să alegi în funcţie de forma feţei

Dacă ai faţă rotundă, nu purta cămăşi cu gulere foarte late.

Pentru că îţi vor scoate în evidentă rotunjimea acesteia. Ideal ar fi să porţi un guler mai strâmt, cu extremităţile ascuţite, ca în imaginea următoare. Asta va face că faţa să pară mai lungă.

Pe de altă parte, dacă ai faţa ovală, poartă o cămaşă cu guler deschis:

Pe lângă forma feţei contează şi dimensiunile aer-teia. Gulerul cămăşii trebuie a fie într-o armonie perfect* cu fata. Închipuie-ţi fata ca fiind o poză iar gulerul ca fiind rama. O fată de dimensiuni mai mici necesit* un guler mai mic iar una de dimensiuni mai mari un guler mai mare.

Mânecile şi manşetele

Lungimea mânecilor este un detaliu extrem de important. O mânecă prea lungă sau prea scurtă te va face să arăţi ridicol. Dar sunt sigur că fiecare din noi am probat o cămaşă care ne venea perfect… În afară de mânecii. Explicaţia? Cămăşile au tendinţa (în ultima vreme) de a fi făcute intenţionat cu mânecile mai lungi. Mă refer aici în primul rând la cămăşile casu*al.*

Probează în oglindă cămăşile alese şi fii atent la fiecare detaliu. Gândeşte-te la ce jachete vei purta peste ele, eventual probează şi jacheta peste cămaşă pentru a fi sigur. Dacă – ai ales o cămaşă cu mânecile lungi, aceasta s-ar putea să arate ridicol dacă va ieşi foarte

mult pe sub jachetă.

Manşeta se regăseşte la extremitatea mânecii şi are menirea de a nu lăsa mâneca să stea prea evazată la încheietură. Lungimea ideală a manşetei trebuie să fie în cazul ideal între încheietură şi baza degetului mare.

Cămăşile formale sunt purtate de cele mai multe ori cu sacouri şi costume, deci sunt restricţionate ca şi lungime de acestea din urmă. În mod normal, atunci când alegi o cămaşă formală, mâneca acesteia (incluzând şi lungimea manşetei) trebuie să fie cu 1 – 2 cm mai mare decât a sacoului. Cu alte cuvinte, trebuie să iasă cu 1 – 2 cm în afară atunci când eşti îmbrăcat cu ea şi cu sacoul peste. Iată o poză edificatoare:

Cămăşile informate

Acest gen de cămăşi are un grad mai mare de libertate când vino vorba de asortarva cu rostul ţinutei. Modelele sunt mai variate şi au tot felul de imprimeuri, dungi sau chiar inscripţii.

Să trecem acum în revistă cele mai la modă tipuri de cămăşi *casital* pe care le poţi purta.

Cămăşile cu dungi

Cămăşile cu dungi pot aduce o un aer de noutate în garderoba ta, în special când vine vorba de atât de plictisitoarele ţinute formale.

Dacă le asortezi cu cravate ca cele de mai sus, succesul e garantat. Îţi vei afişa personalitatea chiar şi în cele mai formale întâlniri.

Atenţie însă: să porţi atât cămaşă cât şi cravată cu model poate fi riscant, asigură-te neapărat că restul ţinutei e format doar din culori solide, fără alte texturi. Dacă atât cămaşa cât şi cravata au dungi, asigură-te ca dungile să nu fie de aceeaşi lăţimv sau de aceeaşi culoare. Dacă nu eşti sigur, cel mai bine este să renunţi la cravata eu model în favoarea uneia. Solide.

Dacă vrei să ieşi în oraş într-un context informai, purtând o cămaşă formală, e destul să renunţi la cravată, să deschei unul sau doi nasturi şi, eventual, să alegi un sacou sport.

Cămăşile cu guler şi mânecă scurtă

O cămaşă cu guler şi mânecă scurtă îţi va da cu siguranţă un aer clasic în situaţii informale. Sunt la modă şi vin într-o mare varietate de culori şi modele. Dacă ai de ales între a-ţi cumpăra o cămaşă sau un tricou, orientează-te spre prima.

CĂmăşile militare te vor faiv garantat să pari mai solid. Pac A ai o constituţie mai slăbuţă, ar fi bine să ai măcar una în garderobă. Merge atât cu blugi cât şi cu pantaloni de stofă. Nu merge în niciun caz la costum.

Ce să port peste cămaşă?

Peste o cămaşă formală poţi alege între a purta un pulover, un sacou sport, sau chiar o jachetă. Cel mai important lucru aici este să ţii minte că, dacă ai o cămaşă cu dungi, carouri sau orice alt model, ceea ce porţi pe deasupra nu trebuie să aibă model. Model pe model este

foarte greu de combinat.

Să stau cu cămaşa scoasă sau nu?

Cămăşile formale sunt făcute să fie purtate în pantaloni în mare parte din cazuri. Dacă eşti la costum, purtatul cămăşii înăuntru este obligatoriu. Dacă eşti îmbrăcat mai informai, atunci ai posibilitatea să alegi.

Cămăşi militare

Cămăşile *casual* făcute să fie purtate în afară, practic regula fiind inversă faţă de cea privitoare la cămăşile formale. Totuşi, dacă ţi se pare că îţi stă bine cu ea înăuntru, cum a descoperit un prieten de-al meu recent, e ok să o porţi şi aşa.

Har uitíte în oglindă de câteva ori, eventual mai cere o părere. L) acă nu eşti sigur, cel mai bine este să respecţi regula ţi-A stai cu că scoasă.

Unii preferit să poarte cămaşa doar pe jurtialate în pantaloni (să fie înăuntru în partea din faţă şi în afarA la spate). Îţi recomand să nu încerci aşa ceva decât dacă te uiţi de zece ori în oglindă înainte să ieşi din casă. Pentru majoritatea, acest stil nu se potriveşte. Dacă, însă, ajungi la concluzia că îţi stă bine, trebuie neapărat să alegi o curea pe măsură pentru a o scoate în evidenţă.

Câţi nasturi pot să deschei?

În afara cazului în care eşti la cravată şi sacou sau costum, nasturele cel mai de sus trebuie lăsat descheiat. Dacă situaţia este

foarte informală (plimbare pe plajă, vara, ieşire în club), atunci mai poţi descheia încă unul sau chiar doi nasturi. Fii atent că nu cumva să ţi se vadă părul de pe piept. Dacă se vede, urmează instrucţiunile din capitolul de igienă personală pentru a-l îndepărta.

Concluzie

Cămăşile *casual* sunt ideale atunci când te-ai săturat de tricouri. Iar, dacă eşti serios în schimbarea garderobei tale, atunci ai nevoie de minim două cămăşi alese cu grijă.

Ca şi culoare, alege-le în funcţie de tonul pielii tale, astfel: pentru ten deschis, caută maro, albastru sau bej, pentru ten normal, bej, albastru sau negru, iar pentru ten închis, galben, albastru. Culorile sugerate mai sus te vor scoate foarte mult în evident. Fh să şi albul nu negrul merg bine. Este bine să încerci cât *mai muhr modefe* înainte să cumperi.

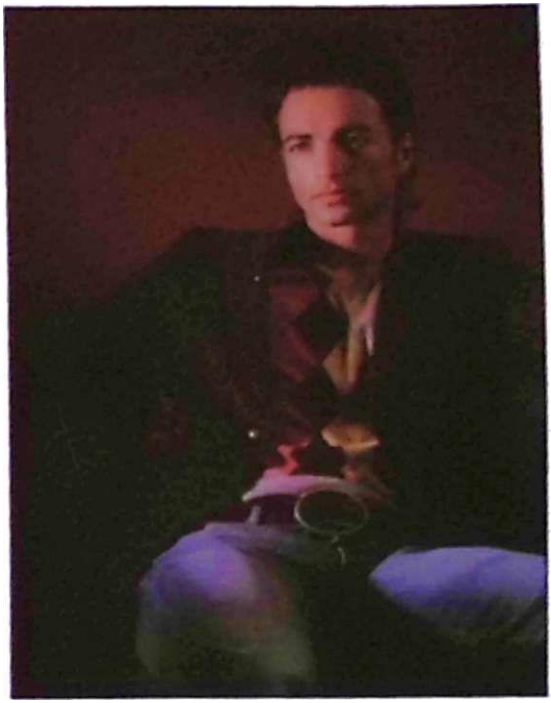
Nu uita că ţinuta e mai importantă decât orice piesă din ea *toată individual*, deci o cămaşă super nu va face nicio diferenţă dad du se potriveşte cu pantalonii, pantofii şi accesoriile.

CAPITOLUL AL PATRULEA: SACOURILE SPORT ŞI PULOVERELE

SACOURILE SPORT

Pentru perioadele mai reci ale anului, când nu îţi poţi arăta muşchii pe stradă prin tricourile mulate, o jachetă pare soluţia ideală. Dar parcă toată lumea le are. Trebuie să ieşi cumva din tipar. Ce zici de un sacou sport?

O astfel de haină este perfectă pentru situaţiile în care ai un eveniment unde este exagerat să vii la costum dar este totuşi o ocazie formală (de exemplu o cină unde trebuie să faci impresie bună). Sacoul sport poate fi purtat cu o varietate de haine, de la tricouri, cămăşi, până la cravate. Se potriveşte cu diferite tipuri de pantaloni, inclusiv blugi.



Un sacou nu trebuie să iasă foarte mult în evidenţă dar trebuie să arate al naibii de bine pe tine. Pentru a te asigura de ai gnr I* mărime. VA lui vine vvrba cir acest articol de îmbrăcăminte. Nu puţi păcăli în nimeni: ori îi se potriveşte ori nu.

În primul rând. Trebuie să te hotărăşti dacă vrei un sacou scurt, lung său mediu, această alegere făcându-se în funcţie de Înălţimea Ta. Dacă eşti înalt, caută saoouri mai lungi, dacă eşti mai mic de înălţime, mai scurte. Cel mai sigur este să îţi înăsori (preferabil cu ajutonil unui croitor) lungimea mânecii de la cămaşa şi circumferinţa pieptului. Alegerea sacoului sport perfect este mult mai uşoară dacă ai aceste două numere.

Dacă sacoul stă pe umeri ca o perdea, său seamănă mai degrabă cu o pelerină de ploaie, e clar că nu e mărimea potrivită pentru tine. A nu avea mărimea potrivită poate face o geacă sau sacou să arate

neîngrijit. În acest caz. Nu îţi poţi permite să porţi haine lanti. Stil „de cartier”.

Orice sacou sport va arăta de zece ori mai bine dacă îţi stă cât de cât lipit de corp. Ce înseamnă asta? Dacă eşti la magazin şi vrei să îţi cumperi unul, nu lua nimic până nu eşti absolut sigur că ţi se potriveşte de minune. E ok să stai pe capul vânzătoarei până îţi găseşti ceva ce îţi vine bine. E slujba lor să te ajute până fac vânzarea, oricum. Şi, dacă chiar nu găseşti măsura exactă, alege-l în aşa fel încât să poată fi modificat de un croitor înainte să începi să-l porţi.

De ce iese în evidenţă

Sacoul sport iese în evidenţă pentru că foarte puţini îl poartă la noi în România. Acesta era destul de popular la începutul secolului XX în special în Marea Britanie, fiind purtat atât la serviciu cât şi în timpul liber. Mai târziu, acesta a început să fie purtat în culori mai deschise cum ar fi alb sau galben cu o cămaşă descheiată la primii doi nasturi, însă era încă considerat a fi prea formal pentru cei tineri. În ultima vreme însă, lucrurile încep să se schimbe. Iar sacourile de acest gen încep A câştige în popularitate.

În cel mai rău caz, trebuie să fii cu un pas înaintea celorlalţi când vine vorba de haine. Un sacou sport este unul dintre acele lucruri care îţi dă un avantaj. Dacă nu te tentează, însă, secretul este să ai un tricou foarte diferit de ale celorlalţi. Poartă măcar o vestă – va ieşi cu siguranţă în evidenţă!

Sacoul este o haină purtată la ocazii. Poate fi văzut ca un simbol cultural al inteligenţei şi al bogăţiei. E la modă, cu clasă, formal. Acum, scoate-l puţin din context. Poartă-l cu blugi. Vei ieşi din evidenţă faţă de restul lumii. Garantat. Dacă vrei neapărat să ieşi în evidenţă şi să ai un *look* revigorant, încearcă un sacou sport alb. Peste 50 dintre oamenii care participă la un eveniment social poartă culori închise, pentru a fi siguri că sunt acceptaţi de cei din jur. Albul pe care îl vei purta îţi va da o aură de neegalat.

O modalitate foarte bună de a-ţi da seama dacă cineva are încredere de sine sau nu este cât de tare vrea să fie observat.

Sugerează faptul că sunt obişnuiţi să fie în centrul atenţiei – valoare socială.

Când să nu îl porţi

La nuntă, cel mai bine este să mergi la costum. Fiind un eveniment formal, este de preferat să eviţi hainele *casual*. Acelaşi lucru este valabil şi pentru alte evenimente formale, cum ar fi întâlnirile de afaceri.

Partea financiară

În mumii sport este eu siguranţă o investiţie bună. Orice bărbat trebuie să aibă unul în gardemhA. I-e obligă pe femei să se uite şi să îţi facă complimente despre felul cum araţi. Dac A un astfel ţie sacou costă 300 de lei. Ai plăti câte to lei de fiecare dată când ieşi pentru a face o primă impresie extraordinară?

Îl poţi purta ani de zile. Ai grijă doar síl ţii curat şi să îl păstrezi undeva unde nu se va umple de praf. După cinci petreceri în care vei arăta cel mai bine din încăpere şi vei fi centrul atenţiei, deja îţi vei 11 recuperat investiţia. E greu să găseşti un sacou sport de calitate la un preţ bun dar… să devii o persoană pe care restul lumii o admiră e greu. Altfel, toată lumea ar face-o. Nu-i aşa?

Câţi nasturi trebuie încheiaţi?

Li fel ca la sacourile de la costum, ultimul nasture nu se încheie niciodată. În plus, rezistă tentaţiei de a achiziţiona un sacou cu trei nasturi sau peste, sunt consideraţi depăşiţi.

Sfaturi:

Evită sacourile sport cu mai mult de doi nasturi. Cel cu doi este suficient.

Când te aşezi, descheie-te la nasturi, pentru că haina să stea mai bine.

Ce fel de pantaloni să port la sacoul meu sport?

Blugii ar fi prima opţiune. Dacă preferi pantaloni de stofă, trebuie să examinezi ce textură au. Dacă au aceeaşi textură cu sacoul sport, ai grijă ca culorile «a difere. Altfel, e de aibă culori apropiate.

Gulerul la cămaşă – ÎI ţin înuntru sau în afară?

Înăuntru – gulerul se ţinea peste sacou acum: e de ani, în ziua de azi e cu totul demodat.

Pot să îmi creez propriul „costum" folosindu-mă de sacoul meu sport şi o pereche de pantaloni de stofik?

În principiu, nu. Doar în situaţia rară în care atât sacoul sport cât şi pantalonii sunt făcuţi din exact acelaşi material. În rest, e preferabil să păstrezi sacoul sport pentru situaţii mai puţin formale.

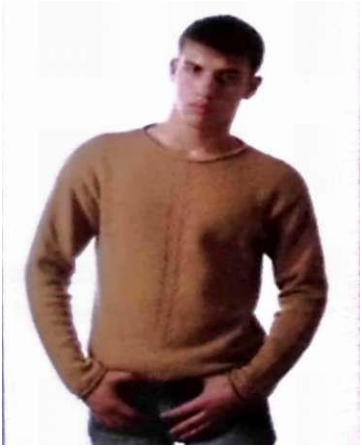
PULOVERELE

Cea mai potrivită piesă vestimentară pentru anotimpul rece e, fără îndoială puloverul. Poate crezi că acesta e o limitare însă opţiunile de modele şi culori sunt foarte multe. În plus, mai poţi varia forma gâtului acestuia în funcţie de forma feţei. Să vedem care sunt cele mai potrivite modele.

Jacheta de lână (eng. *Cardigan*)

Încep cu acest tip pentru că e de departe cel mai potrivit pentru a fi cu stil. Elementul distinctiv al acestui gen de pulover este reprezentat de nasturi sau de fermoar. Har A puloverele clasice se îmbraca – Peste cap", acesta se ia asemenea unei jachete (de unde şi numele).

Puloverul cu guler în formă de V7



Puloverul cu guler în formă de V este o alegere foarte bun A. Forma gulerului ar trebui să complementeze forma feţei. Cu alte cuvinte, acest gen de pulover ar trebui purtat de cei cu faţa rotund A. Totuşi, e ok că acest gen de pulover să fie purtat şi de cei cu faţa alungită deoarece forma V este extrem de atractivă. Deoarece un guler în formă de Y-ul expune mai mult decât un guler rotund, e recomandat să porţi tot timpul ceva pe dedesubt, preferabil o cămaşă:

Puloverul cu guler rotund

Acesta ar trebui purtat în special de cei cu faţa alungită. E o alternativă destul de proastă pentru cei cu faţa rotundă. Totuşi, dacă

găseşti un model într-o culoare care îţi place şi se potriveşte foarte bine cu alte haine pe care le ai în ţinută, nu ezită să-l iei. Forma gâtului e importantă dar ţinuta per ansamblu e şi mai importantă.

Puloverul cu fermoar la gât (eng. Half zip)

Acest tip este destul de întâlnit la bărbaţi şi face parte din ţinuta standard generică, atâta timp cât vine în culori închise. Dacă îţi place acest gen, alege unu într-o culoare mai deschisă, altfel rişti să te pierzi în mulţime.

Fie că îţi plac puloverele, fie că nu, concluzia este următoarea: poţi să ai nişte ţinute extraordinare folosindu-te de acestea. Pentru a asambla o ţinută beton, combină puloverul cu:

O cravată (formală sau informală)

O cămaşă pantaloni de stofă sau blugi

Câteva sfaturi pentru asortarea puloverului:

Dacă puloverul e de culoare închisă, cravata poate foarte bine să fie într-o culoare stridentă, cum ar fi roşu.

Puloverul şi cămaşa trebuie să aibă un minimum de contrast pentru ci că ţinuta să aibă efect.

Dacă nu porţi blugi, asortarea cu pantalonii se poate face în felul următor: un pulover în mai multe culori merge extraordinar cu nişte pantaloni care repetă una dintre acele culori. Spre exemplu, pantaloni kaki cu pulover cu 2 – 3 culori, una din ele fiind kaki.

Ce material să aleg?

Lucrurile sunt destul de simple aici: mergi pe bumbac, caşmir sau, în zilele extrem de friguroase, pe lână. Puloverele din fibre sintetice sunt considerate de calitate inferioară.

CAPITOLUL AL CINCILEA: PANTALONII ŞI BLUGII

PANTALONII

Înainte de a îţi cumpăra a cincea pereche de blugi, poate merită să iei în considerare o pereche de pantaloni. Pantalonii nu se poartă doar în situaţii formale – îţi poţi alege la ţinutele de zi cu zi pentru a-ţi crea un look mai rafinat.

Vei arăta bun gust prin simplul fapt că nu poţi blugi. În plus,

imprimeurile pantalonilor obişnuiţi vin într-o mai mare varietate decât cele ale blugilor.

Poţi alege o pereche cu dungi verticale sau chiar cu pătrăţele şi o vei putea asorta cu mult mai multe articole vestimentare decât blugii. În plus vor arăta mult mai bine când îi vei purta cu anumite tipuri de pantofi.

Pantalonii chino

Pentru zilele răcoroase de vară, pantalonii chino sunt ideali deoarece sunt făcuţi din bumbac.

Dacă ar fi să facem o scară care să reprezinte cât de formali sunt pantalonii, blugii s-ar afla în extremitatea *casuul.* Pantalonii de costum în cea formală iar pantalonii chino undeva la mijloc. Asta înseamnă că aceştia sunt foarte potriviţi dacă vrei să arăţi puţină clasă în momentul în care majoritatea bărbaţilor se îmbracă în blugi.

Culorile acestora pot să varieze de la gri la albastru sau alb, însă cele mai multe modele sunt cafenii sau bej.

Cum asortez pantalonii cu restul ţinutei?

Sunt enorm de multe posibilităţi când vine vorba de asortat. Să luăm câteva exemple.

Pantalonii kaki merg cu nuanţe de alb, albastru deschis dar şi cu

culori mai aprinse gen verde sau roşu. Încearcă mai multe pentru a vedea ce ţi se potriveşte. Îi poţi asorta cu pantofi şi curea maro dar, în funcţie de nuanţă, poţi merge şi pe pantofi şi curea negre. Să nu uităm de faptul că pantalonii kaki merg cel mai bine cu pantofi fără şiret.

Pantalonii albi merg foarte bine cu albastru, în special nuanţe deschise. Îi poţi purta cu pantofi şi curea atât negre cât şi maro.

Pantalonii albastru închis îţi poţi asorta, spre exemplu, cu o bluză de exact aceeaşi culoare. Adaugă o curea albă sau neagră şi nişte adidaşi cu alb şi negru şi ai un look beton asigurat.

Pantalonii maro alt în culori PĂmântii merg cel mai bine cu diferite nuanţe tic maro aţi mi galben. Nu îi asorta cu negru, nu contrastează extraordinar

BLUGII

Blugii pot fi consideraţi pe bună dreptate cea mai cunoscută piesă de îmbrăcăminte a secolului al XX-lea. Făcuţi dintr-un material numit denim, aceştia sunt încă foarte la modă şi nu se întrevede o dispariţie a lor în viitorul apropiat.

Blugii sunt o piesă nelipsită din garderoba oricărui bărbat* Unii dintre noi îi purtăm chiar în fiecare zi, fără excepţie. Din acest motiv, termenul de *casual*. Când vine vorba de blugi, este dus la extrem, pentru că aceştia sunt omniprezenţi. Ceea ce vom încerca în rândurile următoare este, pe de-o parte, să ne asigurăm că alegi ceva ce ţi se potriveşte, iar pe de alta, că îi alegi în aşa fel încât să te facă să ieşi în evidenţă (fie de unii singuri fie în concordanţă cu restul ţinutei).

Găseşte perechea de blugi potrivită

Să îţi găseşti perechea de blugi perfectă poate părea uşor r nu este aşa. Talia, şoldurile şi lungimea picioarelor sunt: în de la bărbat la bărbat iar, dacă adăugam preferinţ de Vuia. Lucrurile se complică!

vv.:»; iţe de a intra în magazin, este important să ai nişte t r: fi asupra a ceea ce vrei să realizezi.

Dacă ai şolduri mai late. Caută blugi e n dec* mituim şi dungi, în special în partea de jo. Pentru a dimrage ochiul de la partea de sus.

Dacă ai picioare mai scurte, nu încerca să porţi blugi mai lungi.

Trebuie să arați că știi să-ți alegi

Dacă ești înalt și slab. Alege blugi care stau cât de cât lipiți pe corp, cu talie normală. Nu alege blugi foarte largi pentru că vei părea pierduți în ei, dar nici prea strâmți, penâni că vei părea prea subțire/fragil.

Dacă ești de înălțime medie și slăbuț, alege blugi care stau normal pe corp, dar care au o talie puțin mai joasă.

Dacă partea superioară a corpului tău este mai mică, ai nevoie de o pereche de blugi cu talie joasă. Dacă – ai purta cu talie înaltă, ți-ar scurta și mai mult din trunchi.

Dacă partea superioară a corpului este mai mare în raport cu picioarele, atunci va trebui să porți blugi cu talie înaltă pentru a te echilibra.

Blugii puțin mai largi merg bine dacă ai picioarele foarte bine dezvoltate și o constituție atletică. În acest caz, o pereche mai largă arată forma cvadricepșilor și a bicepșilor femurali. Dacă ai alege o pereche foarte strâmtă, aceștia ar face mușchii să pară prea pronunțați. Unii mai largi, în schimb, ți-i vor pune subtil în evidență în momentul când te deplasezi. Ai grijă totuși să nu te simți „prea confortabil" în ei atunci când ți-i alegi. Hainele foarte largi nu avantajează pe nimeni.

Dacă ești supraponderal, același sfat: alege blugi puțin mai largi. De asemenea, caută o pereche cu buzunare cât mai mari, pentru că acestea îți vor face fundul să pară mai mic.

Caută blugi care să iasă în evidență prin ceva. În primul rând ar trebui să te orientezi spre o pereche care are buzunarele din spate croite să iasă în evidență (vezi imaginea de mai jos).

IVmvik* xxr cu figuranții a vest detaliu. Cu-atât mai mult cu cât de v uită mai tot timpul după fundurile bărbaților.

HIuqî eu buzunarele de la sthitejticute să iasă în evidenţă

Ce model/culoare să aleg?

Blugii extravaganţi (cu diferite rupturi şi nuanţe pe ei) tind să dispară. Pe noi nu ne interesează oricum apariţia şi dispariţia acestora din modă. Pentru a fi cu stil e destul să mergi pe modele şi culori de bază peste care îţi vei construi ţinuta.

Blugii albaştri simpli. Îi caut de fiecare dată când vreau să îmi iau o pereche nouă şi sunt dezamăgit că îi găsesc foarte greu. O pereche simplă este mult mai flexibilă deoarece va merge cu mai multe cămăşi sau tricouri. Deoarece unul dintre obiectivele ţinutei la bărbaţi este să atrag* privin-a prr faţă. Nite blugi extravaganţi vor realila exact opusul.

Blugi albaştri şterşi". Oai A totuşi propunerea dr mai *uş* ţi se pare prea simplă. Poţi opta pentru blugi care unt „şterşi" în zona cvadricepţilor (adică între bazin şi genunchi).

Cum îi asortez?

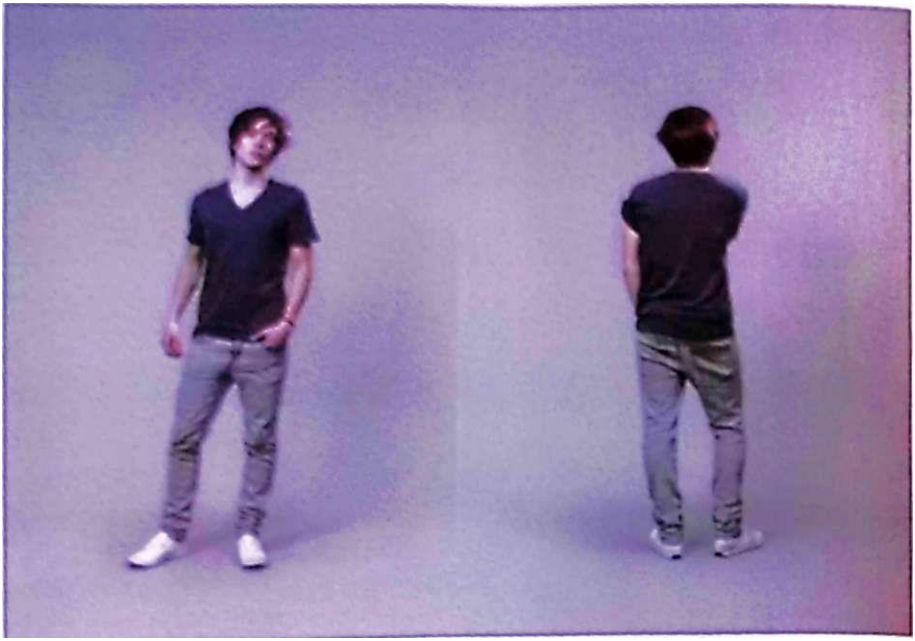
Blugii sunt o piesă de bază în vestimentaţia casual. Poţi purta cu ei aproape orice: cămăşi, tricouri simple, tricouri polo, veste, cravate

casual, accesorii, tenişi. Adidaşi. Pantofi casual, chiar şi pantofii formali.

Încearcă o pereche de blugi la sacou sport, spre exemplu:

Iar dacă preferi doar o pereche de blugi şi un tricou, ca băiatul din imaginea de mai jos, poţi începe să te joci cu accesorii gen inele, lănţişoare, brăţări sau chiar eşarfe. Ţinuta următoare ilustrează, în plus, conceptul de gradient: culorile se deschid pe măsură ce privirea coboară de la cap la picioare. E

un efect interesant şi uşor de făcut atâta timp cât îţi alegi hainele care să se asorteze între ele.



Preţul

Blugii de marcă gen Armâni sau Calvin Klein sunt mai scumpi dar calitatea denimului este foarte bună. Totuşi, dacă eşti la buget redus, marca nu contează pentru a găsi o pereche care să stea bine pe tine (am mai spus-o de 10 ori până acum prin capitole?). Important este să alegi perechea care să îţi vină bine. Dacă ai o pereche mai veche de blugi, pe care nu ai purtat-o de multă vreme şi e în stare foarte bună, probeaz-o. Dacă e prea mare. O poţi duce la modificat la croitor, economisi astfel o grămadă de bani.

Nişte locuri bune unde poţi găsi blugi sunt outfet-ţi o Preţurile sunt mult mai mici iar calitatea este aceeaşi B siguranţă ai de unde alege.

— JÂS-Cum am grţi de blugii mei?

Iată câteva ponturi pentru a păstra culoarea blugilor tăi. Ideea de bază este să îi speli cât mai rar posibil, nu trebuie să îi speli după

fiecare purtare.

Dacă ai fost prin cluburi şi ţi-a intrat fum de ţigară în ei, îi poţi scoate puţin la aer, evitând astfel maşina de spălat.

Foloseşte apă rece. Apă rece va ajuta în păstrarea culorii.

Spală-i de mână în apă cât mai rece. Nu durează mult pentru că, în majoritatea cazurilor, nu vrei decât să scoţi mirosul din ei. Dacă ai o pată de scos, insistă cu spălarea cât mai puţin în afara zonei petei. Evident, acest lucru depinde şi de ce fel de pată e.

Dacă nu îţi surâde ideea să stai aplecat minute în şir peste ţ cadă, du-i la o curăţătorie chimică. Te costă dar economiseşti timp şi scapi de efort.

Pentru a păstra culoarea blugilor, este indicat să îi întorci roe dos înainte de a-i spăla. În plus, prima dată când îi speli după fac i-ai cumpărat, este indicat să îi speli singuri.

CAPITOLUL AL ŞASELEA: ÎNCĂLŢĂMINTEA

PANTOFII

Orice bărbat are nevoie de câteva perechi de pantofi eleganţi pentru ocaziile inevitabile ce vor apărea. Dacă eşti un bărbat care ştie cât de importanţi sunt pantofii eleganţi de calitate, atunci lucrurile scrise în continuare îţi vor părea familiare. Dar pentru toţi ceilalţi, acesta ar putea fi cea mai importantă secţiune din această carte.

Ceea ce ai în picioare poate pune în valoare sau poate „distruge" orice ţinută. Nu contează dacă ai cel mai tare costum din lume. Dacă nu ai pantofii potriviţi în picioare, pierzi.

Pe lângă asta, vei simţi imediat roadele investiţiei făcute.

Zgomotul puternic creat de talpă pantofului în timp ce te deplasezi pe trotuar are o rezonanţă plăcută în ureche şi îţi crvvnzA un sentiment de satisfacţie atunci când eşti tu acela care-l produce.

Pantofii de calitate sunt destul de scumpi. Însă nu ar trebui să faci compromisuri câtutând alternative mai ieftine. Pantofii de calitate, asemenea unui costum. Sau unui ceas de calitate, sunt o investiţie pe termen lung.

După ce să te uiţi

Când e vorba de pantofi totul ţine de calitate. Este mai bine să ai două sau trei perechi de pantofi care te vor ţine o perioadă îndelungată decât zece perechi de pantofi de proastă calitate.

Cum îţi dai seama de calitate? Calitatea la o pereche de pantofi ţine de material, construcţie şi de cele câteva lucruri de bază pe care trebuie să le ştii:

Pantofii trebuie să fie făcuţi din piele, inclusiv talpa.

Talpă la pantofii de calitate este cusută, nu lipită.

Alege pantofi din piele naturală, nu din material sintetic.

Cusăturile trebuie să fie bine executate şi să fie puţin vizibile.

Elementele de bază ale pantofilor

Șireturile

Pantofii cu şireturi se potrivesc mult mai bine la costum decât cei fără şiret.

Culoarea

Negrul va fi tot timpul mai elegant decât moroul însă cu maroul ieşi mai bine în evidenţă pentru că e mai puţin folosit de către bărbaţi.

Materialul

Când este vorba de pantofi eleganţi, pielea lucioasă este alegerea ideală, însă fii atent să nu cazi în extreme. Alte tipuri de materiale pot fi potrivite pentru pantofii *casual*. Poţi să experimentezi cu pielea de căprioară sau chiar de crocodil, dacă ai bani.

Vârful pantofului

Un vârf de pantof alungit are mai mult stil decât un vârf de pantof pătrat.

Rama (partea laterală a tălpii)

Pantofii de foarte bună calitate ar trebui să aibă o ramă scurtă. Cusătura trebuie să fie în partea superioară unde pantoful întâlneşte talpă şi creează marginea exterioară a pantofului. Ea ar trebui să fie vizibilă, dar nu ar trebui să depăşească cu mult marginea pantofului.

Talpă

O talpă subţire indică o marră de pantofi ieftini şi, pe 1 ingă aceasta, nu numai că se uzează foarte repede. Dar este destul de incomodă la mers. Talpă pantofului ar trebui să fie de aproximativ 6 milimetri şi, de preferat, din piele, nu din cauciuc.

Modelul

Pentru ţinute *business*, modelul recomandat este cât mai simplu, pentru a se putea potrivi cu texturile simple ale costumelor. Modele mai complexe de pantofi sunt mai potrivite ţinutelor *casual*.

Principalele tipuri de pantofi

Chiar dacă arsenalul de pantofi al unui bărbat nu ocupă nici pe departe atât spaţiu cât al unei femei, fiecare ar trebui să aibă măcar patru tipuri diferite de pantofi pentru a fi asigurat pentru toate ocaziile ce pot apărea în viaţa de zi cu zi.

Bineînţeles, şi pentru bărbaţi există la fel de multe tipuri de pantofi ca şi pentru femei, dar următoarele patru tipuri sunt cele de bază ce nu trebuie să lipsească din garderoba unui bărbat stilat.

Când porneşti la cumpărături trebuie să iei în considerare diferitele aspecte ale vieţii de zi cu zi şi ce ocazii îţi cer să adopţi o anumită ţinută. Poate există un tip de pantof de care vei avea nevoie frecvent, însă ia în considerare şi ocaziile speciale ce se pot ivi. Cele patru tipuri de pantofi sunt:

Pantofii eleganţi *ţbusiness*) – pentru cei ce lucrează în medii ce impun o ţinută elegantă, costum şi cravată; pentru întâlniri de afaceri: pentru festivităţi şi ocazii speciale (nunţi, botezuri, etc.)

Pantofii *casual* – mai mult sau mai puţin eleganţi, aceştia sunt pantofii pe care îi vei purta probabil cel mai frecvent. Sunt necesari în majoritatea situaţiilor, de in ţinuta de serviciu mai puţin formală până la ieşirile în cluburi.

Pantofii sport – oricând ai nevoie de comoditate, nu numai atunci când practici sport. Deşi sunt consideraţi de mulţi a fi pantofi de calitate inferioară, tenişii pot crea nişte ţinute incredibile dacă ştii ce faci. Pânza acestora vine într-o mare varietate de culori şi modele, permiţând enorm de multe combinaţii cu cureaua, cămaşa sau accesoriile.

Ghetele – pentru vremea mai răcoroasă, dar şi atunci când ai unele îndeletniciri speciale ce necesită o încălţăminte robustă, ca de exemplu mersul pe munte.

Pantofii business

Probabil sunt pantofii cel mai puţin cumpăraţi de bărbaţi, deoarece îşi imaginează că se pot sustrage ocaziilor în care aceştia sunt necesari încălţând ceva mai comod. Însă, oricând îmbraci un costum

elegant sau pantaloni eleganţi, pantofii business sunt singura ta variantă acceptată de canoanele modei.

Există diferite modele de pantofi formali:

Perechea următoare este foarte elegantă şi populară, exclusiv pentru clasa *business*. Iese în evidenţă dacă este purtată la un costum elegant de calitate superioară.

Pantofi clasa „busines.

Pantofii de mai jos se numesc *brogue* şi sunt consideraţi esenţiali în orice dulap de încălţăminte.

Din cauza texturii şi a greutăţii, aceşti pantofi pot fi purtaţi cu materiale mai groase şi texturate cum ar fi flanela. Aceştia

Mint prr* formali pentru a fi purtaţi tu blugi. Se poartă în svhimh ni ontiimf groase (de fuwt/. Spre exemplu) s; în pantaloni dv catifea.

Această pereche este mai puţin elegantă şi mult mai simplă. Este potrivită pentru clasa business, ideal de a fi purtată zi de zi la birou.

Această pereche de pantofi cu cataramă pe o parte este un model clasic european. Este de obicei făcută din piele de viţel, iar pielea maro de căprioară este foarte populară pentru bărbatul care vrea să fie unic prin felul în care este încălţat.

În materie de materiale, la acest tip de pantof singura variantă este pielea. Mergi pe varianta cu toc jos şi fii atent ca şi talpă să fie din piele. Tălpile din cauciuc merg la ţinute *casual*, dar dac* vrei să impresionezi prin ţinuta ta alegr doar modele *business* cu talpa die piele. Pantofii bustneaa. Cu cât unt mai lucioşi. Cu atât sunt mai eleganţi. Însă atenţie la combinarea acestora cu costumul. Regula principală ce trebuie urmaţi la o astfel de ţinută este simplitatea. Dacă nu eşti un expert în modă nu experimenta şi nu exagera.

Încearcă să porţi pantofi de aceeaşi nuanţă cu costumul sau mai închişi. Oricând eşti în dificultate în alegerea culorii, mergi pe varianta negru – nu poţi da greş.

Potrivirea culorilor:

pantofii negri merg la costume bleu-marin, gri sau negre; pantofii maro se potrivesc la costume cafenii» maro. Bej sau verzi, dar şi la bleu-marin şi gri închis.

pantofii vişinii se potrivesc la kakr maro deschis, albastru şi gri; pantofii cafenii merg cu costume în nuanţe deschise – bej, cafeniu deschis, alb, etc.

La ţinuta *business*, pantofii trebuie asortaţi la curea şi, eventual, la portofel.

Probarea pantofilor în primul rând, ţine cont de faptul că picioarele se umflă! pe parcursul zilei. Aşa că cel mai bine este să probezi pantofii după o zi de activitate normală.

Aproape fiecare are un picior mai mare decât celălalt, de obicei acesta este piciorul drept. Încearcă mai întâi pantoful în piciorul mai mare. Nu te baza pe mărimea pe care ştii că o porţi. Nu numai că mărimile pot diferi în funcţie de model, dar existenţa unor mărimi standard nu mai este de mult un reper sigur nu numai în materie de pantofi, dar şi la îmbrăcăminte. Tot timpul încearră ambii pantofi şi cumpără-i după felul în care fi simţi în picioare, nu după mărime.

Când probezi pantofii, ridică-te şi mergi puţin cu ei. Pentru că numai aşa îţi poţi da seama dacă sunt într-adevăr confortabili şi nu te jenează.

Nu te baza pe ideea că pantofii „se mai lasă". Ei trebuie să ţi se potrivească perfect în momentul cumpărării.

Când mergi la probat, să fii încălţat cu şosete corespunzătoare, de acelaşi tip şi grosime cu cele cu care vei purta pantofii.

Pantofii sunt potriviţi atunci când călcâiul se fixează comod în interior, nici nu este strâns dar nici nu alunecă, iar glezna nu atinge marginea pantofului, în caz contrar putând fi extrem de deranjant. Arcuirea de la vârful pantofului trebuie să corespundă cu arcuirea degetelor de la picioare, şi trebuie să existe destul spaţiu în care acestea să se poată mişca. Degetul mic nu trebuie să stea incomod. De asemenea, verifică să nu îţi alunece piciorul în interiorul pantofilor la modelele cu vârf mai alungit.

Dacă te-ai decis asupra unei perechi de pantofi, cumpăr-o exact pe aceea pe care ai probat-o, nu accepta altă pereche având acelaşi număr – pot exista diferenţe.

Întreţinerea pantofilor

Pantofii formali necesită cea mai mare atenţie în întreţinere, doar aşa te vei putea bucura de ei cât mai mult.

După fiecare purtare, pantofii trebuie curăţaţi de praf. Chiar dacă a doua zi intenţionezi a îi porţi iar. Când i-ai dat jos din picioare curăţă-i! Însă nu exagera, şi nu folosi instrumente prea rigide ce pot deteriora pantoful. Foloseşte o cârpă moale sau o perie moale din păr natural.

Pentru a avea un aspect îngrijit şi elegant, de fiecare dată când îi încalţi, lustruieşte-i chiar dacă consideri că sunt prezentabili. Crema de pantofi nu are doar rol estetic, ci şi de protecţie. De aceea, asigură-te că foloseşti o cremă de pantofi de calitate.

De fiecare dată când încalţi pantofii trebuie să ai şosete curate. Aceasta nu ţine doar de modă sau de întreţinerea pantofilor, ci de igienă.

Când depozitezi pantofii pentru o perioadă mai îndelungată asigură-te că o faci într-un loc ventilat, pentru ca aceştia să nu înceapă să miroasă ciudat. Depozitează-i curaţi şi, eventual, introdu în interiorul lor calapoade menite să le menţină forma.

În cazul în care şireturile pantofilor sunt din material sintetic şi se desfac uşor, înlocuieşte-le cu şireturi din bumbac… Nu le lăsa niciodată legate prea strâns, acest lucru poate cauza disconfort şi este nociv circulaţiei sângelui din picioare.

La pantofii formali nu opta niciodată pentru modele cu toc mai înalt de un centimetru.

Dacă eşti mai scund şi ai dori un model care să te mai „înalte" puţin, există tălpici speciali care se introduc în interiorul pantofului, ce îţi pot da un plus de înălţime.

Pantofii *casual*

Oricine are nevoie de cel puţin o pereche de pantofi care nu sunt chiar sport dar sunt destul de comozi. Aceştia sunt genul de pantofi cu care te înealti când mergi la un film, la plimbare sau chiar la serviciu atunci când nu îi se cere o ţinută formală – costum şi cravată.

Regulile pentru pantofii casual sunt puţin diferite faţă de cele pentru pantofii *business*. Ţinând minte combinaţiile de culori amintite la pantofii *business*, când vine vorba de casual este bine de evitat totuşi pantofii prea lucioşi. Pielea rămâne totuşi materialul ideal şi pentru aceştia, deşi la pantofii *casual* poţi avea şi alte opţiuni.

Din nou, cel mai bine este să eviţi modelele prea complexe, doar vrei să atragi atenţia asupra ta, nu a pantofilor tăi.

Pantofii negri şi cei maro vor fi întotdeauna la modă.

Dacă însă vei purta blugi, poţi uita de multe reguli. Aproape orice tip de pantof *casual* se potriveşte la blugi. Chiar şi cei cu modele mai complexe de care te-am avertizat mai devreme. Şi în cazul Jeans-ilor trebuie evitaţi pantofii lucioşi. La blugi, de cele mai multe ori, îţi vei alege pantofii în funcţie de cămaşă sau de tricou.

Pantofii *casual* vin într-o gamă foarte largă de modele, materiale şi culori. Îţi prezint în continuare câteva dintre aceste modele. Desigur, varietatea oferită de magazine este mult mai mare însă îţi poţi face o idee asupra a ceea ce ai putea alege şi, în special, la ce fel de ţinute să îi porţi.

Poţi purta aceşti pantofi cu orice ţinută *casual*, în special cu blugi. Deşi arată mai mult a adidas, trebuie să remarcăm faptul că nu au şireturi iar forma lor este extrem de interesantă. Cu siguranţă vor atrage privirile.

Dacă eşti în căutarea unei perechi de pantofi care vor arăta tot timpul bine, alege o pereche de pantofi fără şireturi (*eng*. *Loafers*). Tocul acestora este de obicei jos şi foarte lat.

Pantofii marinăreşti (din imaginea de mai sus) sunt foarte comozi. Merg perfect la blugi şi la pantaloni scurţi pe timp de vară.

Unul dintre detaliile ce contribuie la comoditatea pantofilor este tipul de şiret. Este un lucru căruia puţini îi acordă atenţie, însă şireturile late sunt mult mai comode decât cele cilindrice pentru că exercită mai puţină presiune asupra picionilui în zona nodului. Cum, la pantofii *casual*, comoditatea este una dintre principalele calităţi, nu uita de acest mic amănunt.

În cazul în care pantofii nu sunt cu şiret, asigură-te că aceştia nu se pot deteriora uşor atunci când sunt încălţaţi şi descălţaţi.

Ghetele

La alegerea ghetelor trebuie să ştii foarte bine în ce împrejurări îţi vor trebui.

Dacă îţi trebuie ci pereche de încălţăminte pentru zilele friguroase, eu /Apadă. Exist A diverse* modele ce merg de la *cusual* pan A la *business*, ins A nu te aştepta ca, invalţat cu o pereche de ghete elegante, ţinuta ta să nibA acelaşi efect ca aceea ce include o pereche de pantofi *business*.

Îomitri cicyanţi ce arată fantastic cu haine elegante şi castul! cum ar fi «/*n-nv*/*în* de hluyi închişi la cultxire sau un *micimi* stxtrl

Când probezi ghetele, nu uita să îţi pui o pereche de şosete groase, doar astfel de şosete vei purta în zilele friguroase. Verifică şi aderenţa tălpii, vei vrea să ai stabilitate şi atunci când trotuarul este îngheţat.

O categorie specială de ghete o reprezintă ghetele de munte. Acestea sunt concepute în funcţie de cât de intensă este activitatea ta pe munte. Dacă eşti un pasionat al căţăratului şi explorării, probabil ştii foarte bine care sunt modelele ce ţi se potrivesc, şi ştii cât de important este să ai o încălţăminte adecvată pe munte.

Dacă însă eşti începător, ideal ar fi să ceri sfatul unui specialist în alegerea acestui tip de încălţăminte. Ţine cont totuşi de următoarele sfaturi:

Ghetele de munte trebuie să aibă o talpă foarte puternică, astfel

ca atunci când calci să nu simţi denivelările de teren şi pietrele. Ele nu trebuie să fie prea grele dacă nu eşti un căţărător experimentat. Ghetele trebuie să fie destul de robuste astfel încât să îţi protejeze piciorul de lovituri, şi trebuie să îţi susţin* bine gleznele. Opt oază pentru modele realitate dintr-un singur tip cir material sunt mai rezistente şi nu permit pătrunderea apei.

Pantofii sport în materie de pantofi sport există o confuzie destul de mare. Oricine şi-i doreşte, datorită comodităţii lor, însă puţini sunt aceia care ştiu exact de ce anume au nevoie.

Pantofii sport trebuie aleşi în funcţie de activitatea pe care o ai atunci când îi încalţi. Datorită popularităţii mari al acestui tip de pantof, şi pentru a veni în ajutorul cumpărătorilor, marile firmedepantofi sport şi-au împărţit modelele în colecţii speciale adresate tipului de utilizare.

Astfel se deosebesc două tipuri de pantofi în oferta firmelor: cei aparţinând colecţiei sfrecţii ear şi cei aparţinând colecţiei *professionai*

Pantofii din gama *streetwecir* sunt modele ce păstrează comoditatea pantofilor sport, însă nu sunt concepute pentru efectuarea unor anumite activităţi sportive, chiar dacă modelele pot duce cu gândul la variantele lor pentru profesionişti.

Principala diferenţă este în materialul din care este realizată talpă, la aceste modele folosindu-se materiale mai dure şi mai rezistente.

De asemenea în gama *streetwear* putem întâlni şi modele ce doar din punct de vedere al aspectului seamănă cu echipamentul sportivilor. Acestea sunt însă variante „fashion", destul de dificil de întreţinut şi ce nu se pretează practicării sportului.

Modelele din colecţiile *streetwear* sunt ideale atunci când se doreşte un look sportiv, un pantof de zi cu zi ce să ofere comoditatea pantofilor sport, dar adaptat stilului de viaţă urban.

Acest tip de pantofi vin perfect cu blugi, şi probabil sunt singura alegere în cazul modelelor mai larg». Nu se va purta niciodată acest tip

de pantofi cu pantaloni eleganţi din stofă, chiar dacă ai ales un model negru de pantof sport.

Pantofii sport nu vor fi spălaţi la maşină decât dacă pe etichetă lor este specificat explicit acest lucru. Se vor purta doar cu şosete din bumbac, ce asigură respiraţia piciorului. Acest sfat este valabil pentru toate tipurile de pantofi.

Deşi costă mai mult, cumpără pantofi produşi de firme cunoscute, pentru a te asigura de calitatea şi durabilitatea acestora.

Foarte la modă în această perioadă sunt tenişii. Ei pot da un plus de personalitate ţinutei tale şi vin în modele de culori diferite, aşa că ai destulă libertate în asortarea acestora. Cumpără tenişi de calitate, ce permit piciorului să respire. Evită produsele contrafăcute.

În cazul în care vrei să achiziţionezi o pereche de pantofi pentru a practică un anumit sport, va trebui să recurgi la colecţiile *professionai.* Însă şi aici există două tipuri de pantofi: aşa numiţii pantofi semipro, realizaţi pentru cei ce doresc variante mai puţin costisitoare ale modelelor profesioniste, şi modelele realizate pentru cei ce practică sport de performanţă.

Nu te aventura la modelele profesioniste doar pentru a avea „ce-i mai bun". Este posibil ca aceste modele să nu îţi fie la fel de comode ca cele semipro, deoarece sportivii de performanţă efectuează mişcări specifice cu care tu probabil nu eşti obişnuit, şi din acest motiv au nevoie de pantofi speciali.

Încălţămintea pentru alergat

Acesta se alege în funcţie de felul în care calci în timpul alergării.

Există persoane care, în timp ce calcă, exercită presiune mai mare pe partea interioară a tălpii şi au nevoie de pantofi de alergare cu control al mişcării. Vei găsi specificaţia *Mofioncontrol* pe etichetă pantofilor.

Există persoane care exercită o presiune sporită în exterior atunci când calcă, şi vor avea nevoie de pantofi de alergare prevăzuţi cu pernițe speciale menite să atenueze acest efect – vei găsi specificaţia *Cushioned* pe etichetă pantofilor.

Nu în ultimul rând, există persoane care exercită o presiune egală pe toată talpa atunci când calcă, acestea având nevoie de pantofi de alergare stabili (cu specificaţia *Stability*).

Deci. În alegerea pantofilor pentru alergat, întâi observă în ce fel exerciţi presiune când calci – poţi vedea asta la o pereche de pantofi purtaţi des, în ce fel s-a tocit talpa? După aceasta, ideal ar fi să mergi într-un magazin de specialitate unde poţi cere indicaţii unui specialist.

Încălţămintea de fotbal

Dacă joci fotbal pe sintetic destul de des, la un moment dat, te-ai gândit la faptul că, dacă tot joci aşa de des, ar merge o pereche special concepută pentru jocul de fotbal.

Sigur îţi este foarte cunoscut faptul că jucătorii profesionişti se încălţă cu ghete speciale cu crampoane. Însă dacă nu eşti un jucător cât de cât cu experienţă, nu te aventura să achiziţionezi astfel de ghete. Pot fi foarte incomode şi pot îngreuna foarte mult mişcarea pentru un necunoscător, şi de asemenea pot duce la accidentări.

Cere sfatul într-un magazin de specialitate la achiziţionarea unei perechi de pantofi pentru fotbal, şi urmăreşte următoarele aspecte: materialul din care este realizat trebuie să fie foarte rezistent, trebuie să fie total din piele, talpa trebuie să prezinte aderenţă şi gleznele să nu fie incomodate în niciun fel.

Acestea sunt doar două tipuri de pantofi sport de care poţi avea nevoie atunci când vrei să faci mişcare, însă nu uita că fiecare sport are cerinţele lui speciale. Încălţarea unui tip de pantof greşit nu numai că îţi poate reduce performanţa dar poate fi şi nociv pentru sănătate.

În concluzie, pantofii, deşi par un capitol restrâns în modă masculină, sunt de o importanţă deosebită nu numai din punct de vedere estetic, dar mai ales din punct de vedere al comodităţii şi al confortului. Încălţarea unei perechi greşite, inadecvate sau incomode poate să-ţi distrugă nu numai imaginea, dar şi starea de spirit.

ŞOSETELE

Dacă vrei să arăţi bine, ytii că de multe ori, micile detalii fac toată diferenţa. Şosetele sunt de foarte multe ori neglijate. Ascunse sub

blugi, puţini le acordă importanţă. Mulţi tipi îşi găsesc nişte haine super dar uit A să aleagă o pereche de şosete care să completeze ţinuta.

Se spune că ţinuta este la fel de bună ca cel mai slab accesoriu al tău. Vom încerca ca Ghidându-ne după acest proverb, să îmbunătăţim calitatea ţinutelor noastre prin alegerea corectă a şosetelor. SĂ trecem în revistă principalele tipuri.

Şosete casual

De obicei sunt din bumbac sau din lână şi sunt disponibile într-o mare varietate de culori, modele şi grosimi. Acestea, în special cele de culoare închisă, merg cu blugi. Mulţi bărbaţi aleg şosete albe cu blugi dar, în general, e bine ca pe acestea să le păstrezi pentru când mergi la sală.

Şosetele joase (low cut)

Acestea sunt din ce în ce mai populare. Se disting prin faptul că porţiunea care urcă pe gamba piciorului este aproape inexistentă. Se poartă în special în zilele călduroase de vară, la pantaloni scurţi.

Şosete sport

Şosetele sport sunt de obicei din bumbac şi sunt de obicei gri sau albe. Există şi modele joase, astfel încât, când le porţi cu adidaşi, sunt practic invizibile.

Şosete pentru pantaloni de stofă/costum

De obicei sunt făcute din mătase, lână de caşmir, sau bumbac. Prin lungimea lor ajung să acopere o parte sau chiar toată gamba.

Cum să alegi mărimea potrivită

Când mergi la cumpărături de şosete, nu e nimic mai rău decât o şosetă care nu ţi se potriveşte. Călcâiul şosetei trebuie să vină pe călcâi, nu sub sau deasupra. În mod normal, mărimea şosetei ar trebui să fie aceeaşi cu cea de la pantof (sau cu un nuniar mai mare). Dac* pe şosete nu scrie decât S, M sau U uitătv pe etichetă şi ce mărimi acoperă. De

exemplu, ar putea scrie că un M e un 36 – 40. L) acă iei o pereche care e prea mare, ia una mai mic* şi veri dacă ţi se potriveşte mai bine. Cu cât sunt mai comode, cu atât mai bine. FĂ o mică verificare chiar acum prin sertare şi scapă-te de şosetele care nu ţi se potrivesc.

Alege şosetele potrivite!

1

Când porţi şosete la pantaloni de stofă sau costum, ele v trebuie să se potrivească cu culoarea acestora sau a costumului, O mică excepţie: când porţi costume de culoare deschisă, şosetele ar trebui să fie de culoare mai închisă decât costumul dar mai deschise decât pantofii!

I

Motivul pentru care şosetele trebuie să se fie de aceeaşi nuanţă cu pantalonii e pentru că trebuie să existe o cursivitate de sus până jos. Dacă, în schimb, şosetele se asortează cu pantofii, ochii privitorilor se vor opri la pantaloni, pentru că pantalonii şi pantofii par separate.

De exemplu, un costum albastru şi pantofi maro ar trebui! purtate cu şosete albastre şi nu cu şosete maro. Costumul gri şi pantofii negri arată mult mai bine cu şosete de culoarea gri, închis.

NU PURTA NICIODATĂ ŞOSETE ALBE CU PANTOFI, Dacă ţii neapărat că şosetele să iasă în evidenţă, le poţi alege în i aşa fel încât să se asorteze cu o altă parte a ţinutei. De exemplu, 5 dacă ai un costum gri cu cravată roşie şi pantofi negri, îţi poţâL: lua şosete negre care au şi roşu pe ele.

cu purta şosete a uit: în paXIX» *

Încearcă şosete cu model şi un costum fără model pentru a adăuga puţină extravaganţă, sau şosete fără model şi un costum cu model. Dacă ai prea multe modele pe tine, poate părea că încerci să ieşi prea tare în evidenţă.

De fiecare dată când porţi costum cu cravată, fii atent că şosetele să se extindă şi peste gambe. Astfel, piciorul dezgolit nu va fi vizibil atunci când eşti aşezat. Nu laşi o impresie bună dacă trebuie să îţi ridici şosetele tot timpul!

Şosetele pentru costum trebuie să acopere gambele paca te simţi n stare, poţi completa o ţinută sau un costum Ocând combinaţii

îndrăzneţe. Cu culori sau modele care scot în evidenţă şosetele. Vn costul gri cu pantofi negri şi şosete roşii te vor scoate cu siguranţă în evidvnţă.

Ţinutfi formală cu şosete care ies în evidenţă

Pentru ţinute *casual*

Dacă te hotărăşti să porţi pantofi cu blugi, încearcă şosete albastru închis sau negre. Dacă porţi adidaşi negri, ia nişte şosete negre joase.

Deşi şosetele albe sunt binevenite la sală, în majoritatea celorlalte situaţii nu sunt cea mai bună alegere. Chiar şi în viaţa de zi cu zi, vei părea mai la modă cu şosete închise la culoare decât albe. Ai grijă, însă, şi la material. Şosetele de lână său. Bumbac merg mai bine în situaţii casual decât cele de mătase.

ÎnccarvA lr să potriveşti cu culoare* pantalonilor IV exemplu, a lua st ni pentru blugi, bej pentru pantaloni kaki. Ică nu vrei să fii atât de extrem în a potrivi culorile. Îţi sugerez A porţi şosete joase pentru a le ascunde complet.

Al doilea articol de îmbrăcăminte cu care şosetele pot fi

potrivite este cămaşa, însă trebuie menţionat că acest sfat este valabil doar la ţinutele *casual* (care includ blugi sau pantaloni scurţi).

La pantalonii scurţi e o idee bună să porţi şosete joase, care să intre cu totul în pantof. Nu îţi recomand să nu porţi şosete deloc deoarece piciorul transpiră (mai ales vara) uşor iar mirosul va intra în pantofi.

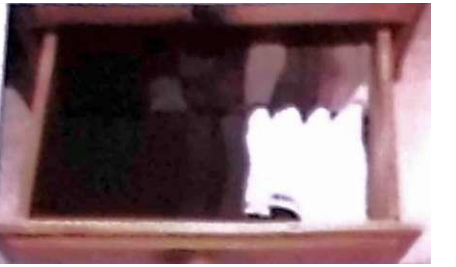
Şosete la sandale

Sandalele se poartă în sezonul estival, fără şosete. Dacă vrei neapărat să porţi sandale primăvara sau vară şi te-ai gândit că o pereche de şosete o să-ţi ţină de cald, îţi sugerez să te muţi undeva mai la sud. Altfel, evită şosetele la sandale.

Cum să împăturești șosetele

Nimic nu arată mai multă clasă decât dulapul unui bărbat cu hainele puse în ordine. Ţi-ai pus costumul frumos pe umeraş, cămăşile în ordine, pantalonii bine împăturiţi stau triumfători pe raft. Buun. Acum să deschidem sertarul cu şosete. Dacă reacţia celui care îţi deschide sertarul este să îl închidă repede la loc înseamnă că nu trebuie să sari peste această secţiune.

Iată o imagine frromfe – *itupă* edificatoare.

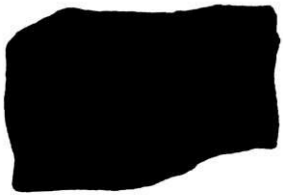


Probabil fiţi spui că partea cu aranjatul nu e aşa de dificilă* însă. Pentru a ajunge la rezultatul din a doua imagine de mai sus, trebuie să trecem fiecare pereche prin procesul de împăturire. În loc să avem ghemotoace în sertar, vom avea nişte perechi împăturite plat ce arată mult mai bine şi ocupă mai puţin spaţiu.

Să trecem la treabă!

Pasul 1: Poziţionează şosetele în faţa ta» întinse, una peste alta, cu călcâiul înspre exterior şi partea în care intră degetele în stânga. Ai grijă să nU fie întoarse pe dos.

Pasul al 2-lea: împăturește șosetele cu mâna stângă, astfel încât să acopere palma dreaptă.



Pasul al: ţ-lea: scoate mâna dreaptfi şi plaseaz-o în schimb pe cea stângă, ca în imagine. Apoi împăturește cu mâna dreaptă, astfel încât A acoperi palma stângă. Degetul mare rămâne deasupra.

Pasul al 4-lea: scoate mâna stângă şi plaseaz-o sub ambele şosete împăturite, iar degetul mare să intre în gaura superioară

Pasul al 5-lea: introdu în aceeaşi gaură degetul mare de la mâna dreaptă şi, ţinând mâna stângă fixă, trage cu cea dreaptă pentru a întoarce pe dos şoseta superioară. Acoperă restul „ghemotocului" deja format, astfel ca mâna stângă să fie acoperită de gaura şosetei superioare.

Iată rezultatul final – arată mult mai bine:

Concluzii

Şostrele sunt o mică Partr din garderobă, dar din cauză că ţinutele sunt planificate de sus până jos. Trebuie să ai grijă porţi şosetele potrivite în picioare.

I. Regula de aur la şosete este să le asortezi cu pantalonii.

a. Asortează textura şosetelor cu restul ţinutei. Şosete de mătase cu costume şi alte ţinute formale. Şosetele mai groase de lână sunt mai potrivite pentru ţinutele de iarnă.

3. Păstrează pe cât posibil şosetele albe pentru sală. La blugi poartă şosete albastre.

4. Dacă vrei să ieşi puţin mai mult în evidenţă, alege şosete cu model care să se asorteze cu altceva din ţinută, sau chiar şosete care să iasă singure în evidenţă.

50 regulă de bază pentru şosete este ca nuanţa şosetelor să nu fie mai deschisă decât restul ţinutei (excepţie făcând ţinutele din sfatul precedent). Această regulă exclude efectiv purtatul şosetelor albe în altă parte decât la activităţile sportive.

6. Renunţă la şosetele vechi şi la cele care nu ţi se potrivesc.

7. Cumpără şosete în seturi. Nu numai că preţul pe pereche va fi mai mic dar, în cazul în care una se pierde sau se deteriorează, nu vei avea probleme în a o înlocui.

CAPITOLUL AL ŞAPTELEA: IMPRIMEURILE

Pe lângă culoare, un element important când vine vorba de haine şi de alegerea lor este reprezentat de imprimeuri (eng. *Pattern*). Imprimeurile vin într-o mare varietate şi pot face minuni atunci când vine vorba de asortarea ţinutei. Totuşi, dacă nu ştii ce faci, poţi arăta ridicol încercând să asortezi imprimeuri. Să le luăm pe rând.

Dungile

Dungile sunt verticale, orizontale sau oblice. Sunt probabil cel mai întâlnit tip de imprimeu la bărbaţi. Toată lumea are cel puţin o cămaşă sau un tricou cu dungi însă majoritatea arată generic în ciuda acestui fapt. Pentru a te folosi de puterea dungilor, poartă un al doilea articol de îmbrăcăminte care să scoată în evidenţă culoarea dungilor.

Spre exemplu: cămaşă albă cu dungi roşii şi cravată roşie. Un alt exemplu: cămaşă neagră cu dungi albe, curea albă, pantaloni negri şi pantofi albi. Culoarea dungilor este repetată în curea şi pantofi.

Aşadar, cuvântul cheie este *repetă*. Dacă dungile se regăsesc ca şi culoare într-un alt articol vestimentar, se cheamă că eşti asortat. Simplu, nu?

Dungile au rolul de a direcţiona ochiul de-a lungul lor. Asta înseamnă că dungile verticale te pot face să pari mai înalt în timp ce

cele orizontale mai lat. Dacă eşti deja înalt, dungile wrttcale tv vxr facr să pari prea deşirat. Dacă oşti prim gras, dungile ohtiiitalv xor accentua asta.

Iacă xrri să treci la nivelul următor şi să asortezi două articole xwtimentare, ambele cu dungi, secretul este ca acestea să fie de dimensiuni diferite. Prin dimensiuni ina refer la gmsimea dungilor efective sau/şi la distanţa dintre ele. Dacă sunt exact la fel, nu xxir arata foarte bine.

Pătrăţelele

Acestea sunt mai puţin comune însă tocmai acesta este motivul pentru care sunt o opţiune bună. Nu sunt deloc demodate ci pur şi simplu mai greu de asortat. Să privim imaginea de mai jos. Cămaşa iese clar în evidenţă din ţinută iar pătrăţelele negre se asortează cu pantalonii.

Cât priveşte asortarea pătrăţelelor cu alte pătrăţele, se aplică regula privitoare la dungi: imprimeurile trebuie să aibă dimensiuni diferite.

Când vine vorba de asortarea împetmeurikir dr «crlaşi lip. Lucrurile suni clare. Însă când vine vorba dr asortarea impri meu iilor

de diferite tipuri (cum ar f19 spre exemplu, dungi cu pătrăţele), regula este ca acestea a! aibă dimensiuni apropiate. Un ale exemplu: o cravată cu buline mici pe ea poete fi asortată cu o cămaşă cu dungi subţiri. Dacă bulinele sunt de dimensiuni mai mari, dungile ar trebui să fie ţi ele mai groase.

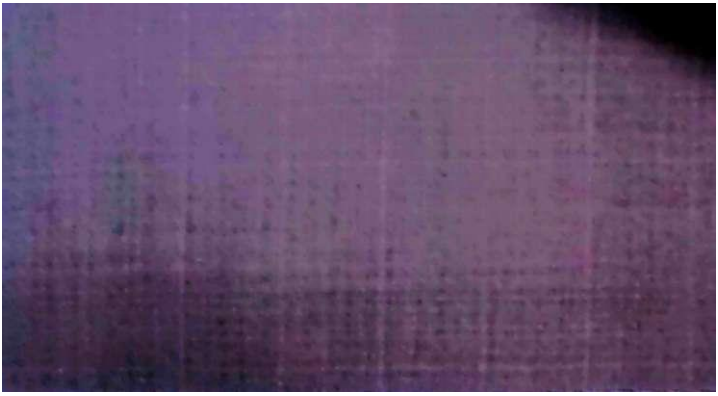
Vrei să porţi trei imprimeuri deodată? Te felicit – înseamnă că eşti avansat în stil. Dacă nu ştii de unde să începi, iată un exemplu mai jos.

Să vedem despre ce e vorba. Distanţa dintre dungi de pe sacou este la fel cu distanţa dintre laturile pătrăţelelor de pe cravată. În plus, pătrăţelele de pe cămaşă sunt de dimensiuni diferite de cele de pe cravată.

Alte imprimeuri

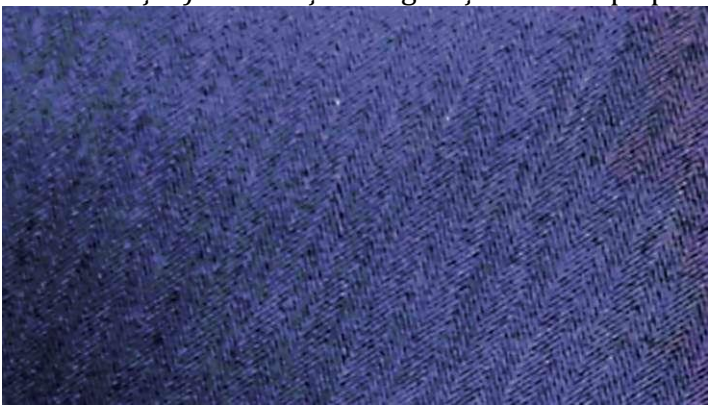
Există şi alte tipuri de imprimeuri. Spre exemplu, aşa-numitul *glen check* reprezintă de fapt nişte benzi verticale şi orizontale ce formează pătrăţele iar dacă privirea se uită fără să focalizeze va observa nişte pătrăţele mai mari ascunse în cele E

mici



Al un vxvmplu în contiimanv

Un alt exemplu de imprimeu comun este cel din imaginea de mai jos. Se numeşte *fishbone* şi se regăseşte adesea pe paltoane.



Imprimeurile sunt preferate, în general, pentru situaţii casualy însă excepţia o constituie costumul prezentat puţin mai devreme, cu dungi subţiri verticale (eng. *Pinstripe*).

CAPITOLUL AL OPTULEA: ACCESORIILE

CURELELE

Mulţi bărbaţi cred că purtatul curelei este opţional. Cu toate acestea, citind această carte ţi-a dat deja seama că fiecare element al ţinutei tale este opţional. Ca şi cravatele şi batistele de costum, curelele sunt o altă parte mai discretă a îmbrăcămintei care poate să distrugă sau să definească întregul *look*. O curea poate spune multe despre tine şi poate fi o pată de culoare pe o ţinută altfel plictisitoare.

Când o femeie te măsoară din cap până-n picioare, remarcă detaliile.

Iouă tipuri de bază de curele

Oirvlele se impun în două mari categorii: elegante şi ruxmil. În general» cu relele subţiri sunt considerate formale (purtate în special la costume). Curelele elegante sunt fileu te în mexl nonual din piele şi au cataramă simplă (cum se vede mai jos). Curelele late sunt pentru ţinute *cusual*.

Curelele elegante

Acestea nu ar trebui să lipsească din garderoba oricărui bărbat. Curelele care le porţi la costum ar trebui să fie simple şi lucioase. Acestea nu trebuie să aibă o cataramă imensă, extravagantă sau să aibă un design foarte elaborat. Cât despre curelele din piele, dacă vrei să faci un pas înainte, investeşte în piele de înaltă calitate, cum ar fi pielea de crocodil. Dacă preţul ţi se pare piperat, o să te consolezi cu gândul că o curea de calitate te poate ţine o viaţă.

Vfil despre culo; inv Mas Pe nrgni mă maro. C'urrirle înro merg mai bine ni culori mai deschise în luni or irir nefân întk vii ţin11"*! 1 alb, negru sau gri.

Printre firmele care s-au consacrat că produc Aţo; «re cir curele, enumerăm: Hernie*, Prada, Clucci, Hugo Atenţie, însă: spre deosebire de costume, o curea mai vumpă nu înseamnă nvaparat o curea mai bună. Alege pe cât posibil curele din piele. Desigur, există şi din piele de şopârlA. Struţ sau crocodil, dar sunt extrem de scumpe.

Curelele pentru ţinute *cusual*

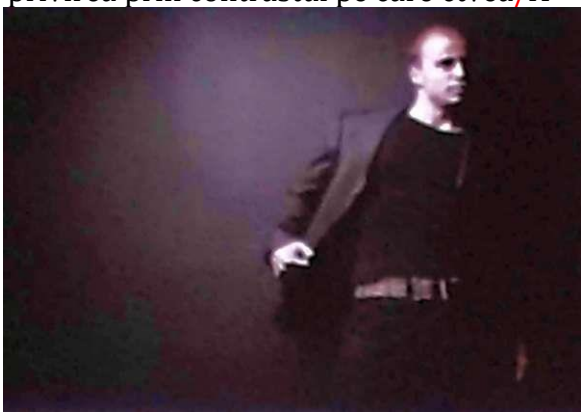
Aici începe varietatea. Aici e locul unde ai mai multă libertate deoarece găseşti curele din practic orice tip de material. Curelele *casual* pot fi mai late ca de obicei. Cât despre culoare… combinaţiile sunt enorm de multe. De fapt, regulile nu sunt foarte stricte. Am văzut

tipi care purtau chiar o cravată subţire pe post curea. E riscant, dar poate face o impresie extrem de puternică dacă ştii ce faci.

Există posibilitatea de a alege curele foarte stilate, de dimensiuni mai mari. Oricum, acesta este de asemenea un domeniu în care mulţi bărbaţi merg în direcţia greşită. Am văzut curele ridicole: în formă de dragon, tigrii, etc. Există chiar curele cu LED-uri care prezintă mesaje de-a lungul lor. Te rog, nu te apropia de aşa ceva!

Mulţi cred că, folosind o curea extravagantă, vor atrage privirile. Este adevărat, însă va trimite în acelaşi timp un mesaj greşit: „priviţi cureaua mea ciudată şi lipsa mea totală de bun gust". Nu vrei să porneşti cu stângul. Să ai un stil unic nu înseamnă să nu mai ţii cont de nicio regulă. Fă-mi o favoare şi stai departe de curelele de prost gust.

Să analizăm puţin imaginea de mai jos. Bărbatul din imagine a ales o ţinută complet neagră, însă cureaua este cea ivirv aducr o pată dr vultkinv în acest ca/, ea jivică un ril cruc lui în (îiiul A x-niru vA atrage privirea prin contrastul pe care ctvea/A



Crearea unui *look* complet

Aşadar trebuie să fii atent. Cu cât e mai mare, cu atât e mai riscant. Cel mai important, păstrează-le în concordantă cu restul ţinutei. Fiecare piesă de îmbrăcăminte de pe tine trebuie să se potrivească şi să „vibreze" în ton cu întreaga ţinută.

Cel mai simplu sfat pe care ţi-l pot da când vine vorba de alegerea unei curele este să o asortezi cu pantofii. Pantofii negri cer curea neagră. Nu e o regulă, nici ceva prin care să ieşi în evidentă, doar că cureaua trebuie neapărat să se asorteze cu ceva.

Eu, de exemplu, am o curea mov închis pe care o port cu un anumit tricou, care are dungi mov. În acest caz, faptul că nu se asortează cu pantofii este scuzabil, pentru că asortatul cu alte elemente din ţinută necesită o mai mare atenţie, arătând astfel că eşti expert în stil.

Exemple de curele cez-uaf cu util

Există anumite stereotipuri care ţin de stilul fiecărui aaiâsoriu. Fii conştient de acest stereotip şi joacă-te cu el astfel încât să obţii un /colc complet.

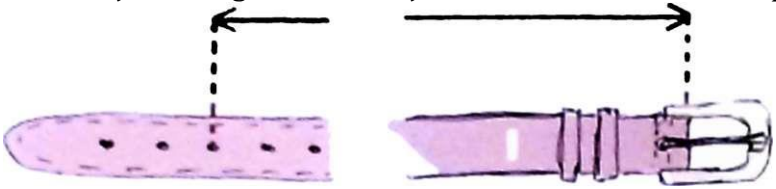
Iată o curea cu un *look* milităresc:

Curele împletite merg extraordinar cu blugi şi cu tricouri cu guler. Vor fi opţiunea mea numărul unu atunci când mi-o voi cumpăra pe următoarea. Prin tradiţie, acestea erau făcute din piele de cangur, din fâşiile de piele care rămâneau, odinioară, după confecţionarea bicelor.

Mărimea curelelor

IV obitvi. Curelele suni vândute cu o etichetă Pv iminând dimensiunea lor. Ia-ţi dimensiunea taliei, şi aminteşte, îi A mergi cu 3*5 cm mai sus. În acest fel. Dacă ai. De exemplu, C) talie de 84 om. Asta se traduce în 88 cm în ceea ce priveşte manmea curelei.

O metodă mai simplă pentru a găsi mărimea curelei este v, îţi cumperi doar curele care. În momentul când le probezi, Sv închid exact la gaura din mijloc. Imaginea de mai jos ilustrează ce xreau să spun:



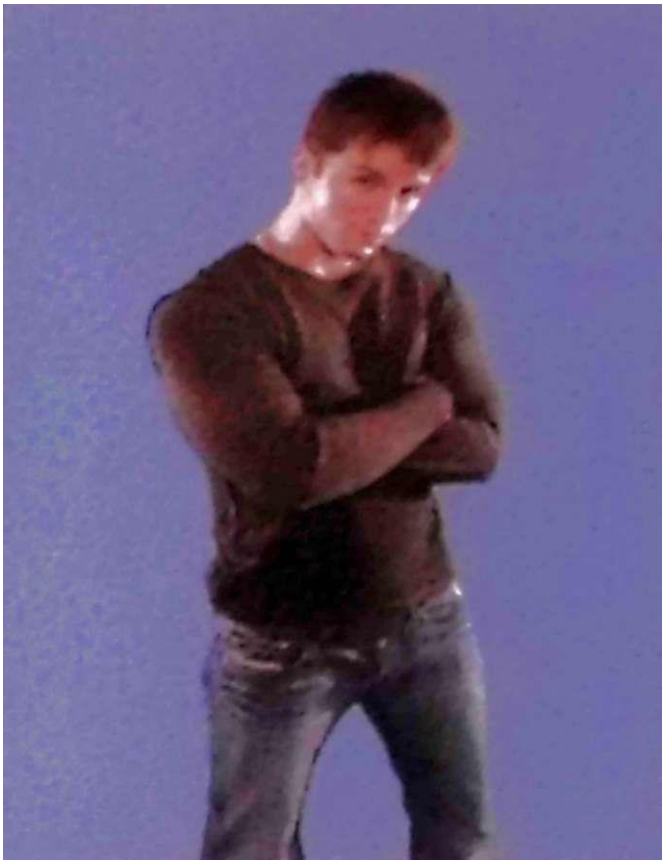
Păstrarea curelelor

Un sfat despre păstrarea curelelor. Dacă ai de gând să investeşti foarte mulţi bani într-o curea, ar fi bine să îţi protejezi această investiţie. Majoritatea au obiceiul de a-şi lăsa curelele în pantaloni când nu au nevoie de ele. Acest lucru va curbă, din păcate, pielea. Curelele ar trebui păstrate pe verticală, departe de razele soarelui, astfel vei păstra pielea uscată şi protejată. Eu, de exemplu, mi le păstram pe umeraşe (agăţam capătul curelei de cârligul umeraşului). Recent am achiziţionat nişte cârlige speciale pentru curele, de care sunt extrem de mulţumit.

Oi rr lele din pânză pot fi fi MtfH mai puţin spaţio-Dacă ai ale* *A*

le îmbraci *casual*. Cureaua la vedere!

tvu mai Milată curea din lume îţi va 1 de dar* o a o acoperi cu tricoul au cu cămaşa. Pentru a poartă peluza sou tricoul ca tipul din Vei demonstra stil într-o manieră mai subtilă.



CKASURILK

Când sunt la hi mu. Pentru a vedea cât e ceasul, mă uit în colţul din dreapta jos al monitorului. Dacă vreau să ştiu acelaşi lucru pe st rad A. Scot din buzunar telefonul mobil. De ceva treme observasem că am renunţat complet la purtatul ceasului de mânA. Viilitatea acestuia a

devenit cel puţin discutabilă. Dar oare chiar nu mai există niciun motiv pentru a-l purta?

Am întâlnit mulţi tipi care spuneau: *Eu nu port ceas*, nu *sunt un tip cfâruia i* stir /xfnri *aşa* cerci. Cu toţii vrem să facem o primă impresie bun A iar dacă nu îţi afişezi deja personalitatea printr-un ceas. Poate ar trebui să începi să o faci.

BĂrbaţi sunt limitaţi când vine vorba de alegerea bijuteriilor Un ceas ce iese în evidentă este singura bijuterie acceptabilă pentru un bărbat. Chiar dacă porţi alte tipuri de bijuterii, ceasul tău ar trebui să fie cel mai vizibil accesoriu al tău.

Ceasul potrivit pentru tine va accentua ţinutele tale şi te va face să arăţi mai încrezător. Femeile se vor uita la ce tip de ceas porţi, şi cum se potriveşte cu ţinuta ta, adunând indicii despre atenţia ta la stil şi detalii.

Rezistenţa la apă şi temperatură

Rezistenţa la apă a fost un obstacol mai delicat pentru producătorii de ceasuri. Iniţial s-a avut în vedere rezistenţa la: ploaie, praf şi transpiraţie. Apoi, datorită interesului stârnit în rândul înotătorilor, au început să le îmbunătăţească la capitolul rezistenţă la apă (anii ’50).

Deşi unele ceasuri au inscripţionate pe ritr *watrr mituvU* (i cnsuri etanşe), wte bine a ai grijă la achhnharile bruşte de temperatură. De exemplu, dacă laâşl ceasul în bătaia wrwrrlui la plajă iar apoi intri cu el în api, dilatarea şi contracţia componentelor îl va afecta pe termen lung. Atunci când te speli pe mâini (mai ales cu săpun), apa poate afecta coroana or» ului. Un cens umezit atrage mult mai uşor firele de praf, iar. În timp, i se vor uza garniturile. Kvită să expui ceasul apei – îi vei prelungi durata de viaţă.

Găseşte-ţi ceasul potrivit

Alegerea unui ceas este foarte importantă, deci explorează cu atenţie lumea ceasurilor de mână înainte să faci marea achiziţie. În funcţie de buzunar dar şi de stilul şi ţinutele pe care le adopţi, ai nevoie de câteva sfaturi de bază.

În primul rând, să vorbim de diferitele tipuri de ceasuri. Sunt două clase importante: cele mecanice şi cele cu cuarţeeasurile mecanice sunt considerate clasice, principalul lor dezavantaj fiind acela că sunt inexacte. Desigur, sunt firme care produc ceasuri mecanice foarte apropiate de performanţele celor cu cuarţ, însă preţul este de multe ori mult mai mare decât al acestora din urmă.

Pentru un ceas cu mecanic, standardul de precizie este de undeva la – 15/20 de secunde la 24 b (are voie să întârzie cu maxim 15 secunde). Există chiar un institut elveţian, Contrâle Officiel Suisse des Chronomfetres, care testează calitatea ceasurilor elveţiene şi care nu permite ceasurilor mecanice să devieze cu mai mult de – 4/6 secunde.

Ceasurile cu cuarţ sunt nu numai mult mai exacte dar şi mai ieftine. Acestea folosesc un aşa-numit rezonator cu cuarţ. Datorită acestei tehnologii, precizia este de /un minut pe an.

SĂ x orbim acum de diferitelr mă ivi. Alojwv dacă se poate, un tvax olvvţi «în Există în jur dv 1400 de firme rhrtione prixiuvătixirv dr eresuri iar calitatea majorităţii acestora este neifuloteltucă. INiţi alege între şi mie gen poza. Kdox mă Atlantic Dacă ai hani, 01 siguranţă că un ceas gen Calvin Kelin sau Kmioru Armâni te-ar prinde bine. IV şi nu simt renumiţi pentru exterienţa lor în acest domeniu (faţă de Rolex), logo-ul Annnt poate să atragă privirile asupra ta. Datorită faptului că… e Pe inană.

tâăndeşte-te la proporţia mărimii ceasului tău comparativ cu mărimea încheieturii de la mână. Crede-mă. Nu ai vrea să porţi un ceas gigantic pe o încheietură foarte subţire. Cumpără un ceas mare dacă ai încheietura mare. Dar gândeşte-te de două ori înainte să cumperi cex a mai mare.

Cumpără-ţi un ceas cu o carcasă argintie sau de oţel şi cu ol curea detaşabilă. Astfel, îţi poţi achiziţiona mai multe curelei pentru acelaşi ceas. Pe care le poţi schimba în funcţie de ocazie. Dej exemplu, eu îmi voi lua una maro care să se asorteze cu brăţara din piele maro pe care o port din când în când. Una neagră, una din piele de crocodil şi una colorată pentru sezonul estival.

Dacă transpiri uşor, e cu atât mai indicat să cumperi unull cu o carcasă din oţel inoxidabil. Acelaşi sfat dacă îţi desfăşorij activitatea într-un mediu coroziv!

Culori: argintiul şi auriul sunt la modă şi clasice. Ceasurile! argintii se potrivesc cel mai bine cu negru, gri, argintiu şi-l albastru. Ceasurile aurii se potrivesc cu maro, bej şi cafeniu.

Să trecem în revistă câteva din multitudinea de tipuri de ceasuri pe care le poţi găsi prin magazine!

Ceasuri clasice

Dacă eşti la buget redus, un ceas precum Citizen este suficient. Merge bine cu orice, alege-l pe cel care îţi place.

IViitm mulţi, siinphi privinţe cranului pe nutnh rtr un wnn t, 1 persoană rstmtmtă I» imagine* ei. (urile Iojui Mint () jită alternativă biuiA.

Ceasuri sport

Dac A eşti o persoană activă (ciclist, căţărător, alergător sau iiiotator). Cu siguranţă ai nevoie de ceva care să arate acest lucru. Acestea se remarcă faţă de ceasurile clasice prin gama de dotări cu care vin. Enumerăm: cronometru, rezistenţa la apă de până la câteva sute de metri adâncime, busolă, termometni.

Mulţi colecţionari de ceasuri vor plăti bani grei pentru acestea, deoarece sunt mai valoroase din cauza costurilor ridicate de producţie şi a esteticii, decât pentru simpla lor funcţie de a arăta timpul.

Breitling este o marcă elveţiană din zona Munţilor Jura din Elveţia. În 1884, Leon Breitling a început să fabrice cântare cât previne, jienâni a fi folmilr în M itmn industriale. Fiul ţi nvtxmul duc mai departe afacerea familiei, indivptindu**! atenţia asupra ceasurilor de bord penirxi axitstiH. Dar asuprea ceasurilor de mână.

Cea* Brvitling

Ceasul Breguet

Abraham-Louis Breguet, aristocrat la curtea regelui Ludovic al XVI-lea este considerat de multă lume ca fiind părintele ceasurilor, impresionând totodată întreaga lume prin inovaţiile sale în materie de design. Desigur, el este cel mai mare ceasornicar al tuturor timpurilor. Din 1775 a avut ca şi clienţi: Napoleon I Bonaparte, Winston Churchill, Alexander Dumas şi alţii.

Influenţa lui Breguet asupra domeniului ceasurilor este s-a dovedit hotărâtoare într-o perioadă în care ceasurile trebuiau ţinute în poziţii cât mai aproape de verticală pentru a asigura buna lor funcţionare.

Oris Brryuet

Dacă eşti în căutare de ceva mai stilat şi masculin în acelaşi timp, caută ceasurile cu curea din piele. Poţi fi sportiv, skater, sau doar un tip obişnuit. Aceste ceasuri vor scoate garantat masculinitatea din tine. Fossil face ceasuri grozave cu curele de piele.

Curca din piele sau metal?

Un fapt despre curelele de piele este că îţi dă voie să te asortezi mai bine cu îmbrăcămintea ta şi este mult mai sofisticat când are cureaua mai subţire.

ÎS –, ne întăm l. I tva:

Arăt A foarte hinv şi potriveşte de minune cu îmbrăcămintea formală. Merge cu orice nuanţă de maro, galben sau bej.

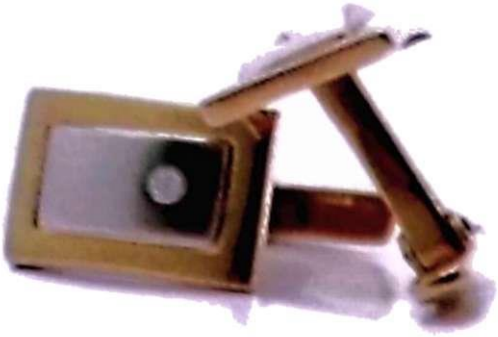
Ceasurile de metal merg cu ţinute negre, gri sau albastre.

Vncle ceasuri pot fi extrem de scumpe! l-a ceasuri, chiar primeşti pentru ceea ce plăteşti, deci nu e o idee rea să investeşti într-un ceas de calitate. Un ceas de calitate este cea mai rapidă cale de arăta o imagine sigură şi plină de succes.

Mărcile de prestigiu vor rămâne cunoscute multă vreme de-acum încolo, cum ar, îl de exemplu, celebra marcă Rolex. Acesta este de departe cel mai cunoscut nume când vine vorba de ceasuri. Dar sunt ele cele mai bune?

Motivul pentru care un Rolex este aşa de scump este acela că firma Rolex creează inflaţii artificiale ale preţurilor limitând numărul de modele dintr-o colecţie nouă. Mai mult, aceştia verifică preţul de retail pentru a se asigura că acesta corespunde recomandărilor or. Mulţi e-wrti «pun că, dr preţul unui Rt4 rx îţi poţi lua un ceas de calibru mai mare de e» alta mart A. Fhir imaginea şi prestigiul ce îl afişează Rolen-ul penâna unele (K rwwine nu mai conteaxă.

Ceasul de mână este o investiţie şi un simbol facă nu te-ai andit niciodată al investeşti într-un cea, poate e momentul, începe să faci cercetări şi nu te grăbi. Dacă îţi place un cea* anume, acela ar putea fi cel mai bun accesoriu al tău.



BUTONII DE CĂMAŞĂ

Un accesoriu mai puţin întâlnit este reprezentat de butoni (cng. *Cujf links*). Aceştia sunt nişte obiecte metalice, de diferite forme şi mărimi ce se ataşează la manşetele cămăşilor. Pentru a putea a putea purta butoni la o cămaşă, aceasta trebuie să aibă găuri pentru butoni speciale în loc de nasturi.

Dacă vrei să ieşi în evidenţă, butonii sunt un mod excelent de a o

face. De obicei aceştia se poartă la ţinutele formale însă ţinutele *casual* sunt potrivite şi ele. Îi poţi purta la blugi sau la sacou sport, atâta timp cât cămaşa este concepută special pentru butoni.

Butonii vin într-o mare varietate de forme, culori şi modele. Poţi chiar să alegi butoni care să reprezinte un hobby de-al tău. Am văzut spre exemplu butoni în formă de peşte!

Dacă preferi să nu te joci cu modelul, înseamnă că trebuie să treci la culoare. Poţi asorta butonii cu cămaşa, cravata sau… Ochii. Alege fără frică culori aprinse pentru că, oricum, aceştia sunt destul de puţin vizibili datorită poziţionării lor.

pălăria

Dacă o freză interesantă ţi se pare prea greu de întreţinut, ni e alternativa: pălăria. Nu ai nevoie de gel. Nu trebuie a pierzi f minute în fiecare dimineaţă pentru a o reface (ca în cazul unei tunsori beton). O pui pe cap şi ai ieşit din casă. În plus, există o mare varietate de culori şi modele deci… ai de unde alege.

Să le luăm pe cele mai interesante.

Pălăria fedora

Acest tip de pălărie este recunoscut pentru faptul că era purtată de gangsteri, printre care şi Al Capone. În zilele noastre este folosită ca accesoriu de băieţii sau bărbaţii care au ceva de spus. Pe lângă că te poate face mai înalt cu câţiva centimetri buni, are avantajul că nu e purtată de marea majoritate a bărbaţilor.

Numele de fedora vine de la titlul unei personaj dintr-o piesă de teatru. Prinţesa Fedora, cmin. I prinvipalA. * purii»! pe parvuriviil pie-ri o palaru* «M'tnanAI» wrr eu fedora în avva să tir purtată de gangsteri.

paca xrvi o) Alrie prin care să ieşi în exidmtă. Fedora este ctva

de care ai nevoie. Vine într-o varietate de culori, însă îţi momami să mergi pe negru sau gri. Pentru a nu risca. Mergi pe culori vii doar dacă ştii foarte hinv ce faci.

Fedora se poartă de obicei aphvată puţin în faţă. Alternativi este să o porţi aplecată puţin într-o parte. Nu uita că, atunci când eşti în interior. PĂlăria se dă jos.

Ieşi pălăria fedora se purta, la începuturi, la costum şi cravată. Astăzi o poţi purta cu ţinute casual: blugi, cămăşi, chiar: tricouri.

Trebuie să fii foarte atent la felul cum pălăria fedora îţi stă i pe cap. Dacă e prea mare. Îţi va aluneca peste tâmple; dacă e prea mică, îţi va sta în vârful capului.

Pălăria pork-pie

Aceasta se aseamănă cu fedora doar că vârful este plat. E o 1 alternativă bună la fedora însă mai greu de găsit la noi. A fost asociată multă vreme cu muzica jazz şi blues.

Sfaturile de la fedora sunt valabile şi aici: o poţi purta liniştit la blugi şi alte ţinute casual, trebuie să fii atent la mărime atunci când o probezi iar, în momentul când te afli în interior, trebuie să o dai jos.

Bereta

Dacă nu vrei o pălărie fedora, poţi merge pe un alt clasic: bereta. Aceasta este purtată şi azi la scară largă de forţe ale armatei şi poliţiei

din lumea întreagă, inclusiv România. Totuşi, poate fi purtată la ţinute casual pentru a ieşi în evidenţă. Nu trebuie decât să încerci. Inspiră-te din poză de mai sus.

Căciula

Dacă ai părul scurt şi vrei ceva care să îţi ţină de cald iarna dar care să fie cu stil, o căciulă e soluţia. Mulţi poartă căciulă dar se feresc să iasă în evidenţă.

Alege o căciulă cu diferite culori sau modele pe ea – sunt destule modele de unde poţi alege.

Dacă vrei ceva mai discret, poţi alege un model în genul de mai sus. Deşi e neagră, arc o formă interesantă.

OC11EIAR11

(însirea perechii potrivite de ochelari nu e o sarcină uşoară. Totul contează. În primul md, ochelarii de soare trebuie să fie de calitate. Ţi s-a te protejeze, lentila este eră care te protejează împotriva radiaţiilor solare, deci este primul lucru pe care trebuie să îl iei în considerare atunci când îţi cumperi o pereche. Stilul tău de viaţă şi

activităţile curente sunt cele care dictează cumpărarea perechii de ochelari potrivite.

Când cauţi o pereche de ochelari, observă cum se potriveşte cu structura feţei. Se aliniază cu sprâncenele? Se potriveşte cu culoarea şi tonalitatea pielii? Stilul lor se potriveşte cu stilul ţinutelor tale? Ce spun ochelarii despre personalitatea ta?

Să vedem ce fel de ochelari îţi poţi alege în funcţie de forma feţei:

„Merg cel mai bine nişte lentile rotunde.

Dacă ai faţă rotundă…

I.teA f că ov**5**U (/iliingit. V

[5] în prima categorie intră ochelarii fără nici un fel protecţie (aceştia trebuie evitaţi).

Pentru feţe triunghiulare. Încearcă ochelari tip *Ray-Ban Aviator*...

În principal, ochelarii de soare se pot încadra în patru categorii în funcţie de protecţia UV oferită:

— În.1 c1 «HI**6**. Cvârti mirA
e v cea din îno sw facă par?**7**
În hrl-râi las cu «ţi-l. Deriaiw atât întri tei cundivată omtra

---

[6] Lentilele din policarbonat. Acestea sunt foarte rezistente la impact, dar nu protejează foarte bine împotriva radiaţiilor. Au performanţe echilibrate în raport cu celelalte tipuri, drept pentru care sunt folosite mai des în timpul practicării activităţilor sportive (alergări, ciclism etc.).
L entilele din sticlă. Acestea sunt de fapt compuse dintr-o combinaţie de nisip cu anumite elemente chimice. Acestea sunt foarte bune în a bloca radiaţiile, lăsând să treacă in acelaşi timp 90% din lumina din jur. Defectul acestui tip de lentile este slaba rezistenţă la impacturi.

Lentilele din plastic sunt caracterizate printr-o rezistenţă la impacturi şi prin permisivitatea la lumina ambientală. Din păcate, protecţia UV este foarte slabă.

radiaţiile te Arrâtia rel mai sta Wntsla fumurie. În special nfa-ri, maro au» lha «tţ.

În a imira «-alegorie intri ochelarii cu un r-d de foarte înalt. Fiind a lefi în «pecial pentru fi purtaţi f» munte.

Din ce sunt făcute lentilele?

Fiecare material folosit în lentile arc propriile vale caracteristici. I i fel ca în cazul protecţiei, materialul w alntr în funcţie de expunerea la soare, de stilul de viaţă (unde vrei să îi porţi). Probabil că nu te interesează chiar aşa de tare materialul (îţi recomand să mergi pe lentilele de sticlă), cu atât mai mult vu cât, dacă vei întreba vânzătoarea din ce sunt făcuţi, o să uite nedumerită la tine. Totuşi, dacă ai posibilitatea de a alege, vui trece în revistă tipurile de materiale:

Mul ţi «vi meni cred că au găsit o Perevhe grozavă de (undari, dar ar putea arăta mult mai bine. În ciuda faptului că cheltuie sute de lei pe ei. Dr ce să nu găseşti perechea cea mai bună dacă tot dai atâţia hani? Multe dintre aceste perechi valorv. Wă practic 10 lei la cum le stă. Nu e preţul care contează, ei cât de bine îi se potrivesc. Pentru a preveni asemenea decizii greşite, îţi voi spune nişte factori importanţi pe care trebuie să îi iei în considerare când îţi alegi perechea potrivită.

Călătoria spre perechea perfectă

Când vine vorba de a alege perechea potrivită de ochelari, asemenea /ooarului, ţine minte că e o parte importantă din garderobă, deoarece durata de viaţă este cel puţin la fel de mare ca a hainelor. Încercând-o, e ca şi cum ai încerca o pereche de pantofi, sau un costum pe care ţi-l alegi pentru o nuntă. Ochelarii ar trebui să te reflecte pe tine şi nu să fie doar un ornament.

În primul rând, trebuie să îţi stabileşti un buget. Unele perechi de firmă pot ajunge până la 400 de lei sau mai mult, în timp ce alţii pot coborî sub 20 de lei. Bineînţeles, sunt multe perechi de ochelari care ţi-ar veni perfect, cu preţul între aceste două extreme.

Când vine momentul să te hotărăşti, trebuie neapărat să îi încerci înainte să îi cumperi. E important pentru că trebuie să vezi şi să

simţi cum îţi stă perechea pe care o probezi. Nu îţi recomand să îi cumperi online, pentru ca probatul e o parte importantă a procesului de cumpărare. Eventual, îţi poţi face o 1: notiţă mentală cu cei care îţi plac pentru a-i căuta prin4 magazine.

Personal, prefer ochelarii de firmă datorită calităţii lori superioare. Dacă vrei o pereche serioasă pe care să o păstrezi o l perioadă mai îndelungată, va merita investiţia. Lentilele scumpefă de marv. I Prriiit *A* se vadă trrin nr. inul! iimi htiir în ceu cele ieftine de plastic.

Totuşi, în final. Circilia v a t. Totul tezism* la pe rrchra rare te fă re cel mai fericit.

Protecţia l'V este foarte important*, dwi calitatea lentilelor e esenţială pentru Kânitatea ta. Experţii spun că ochelarii de soare trebuie să te protejeze împotriva radiaţiilor, o componentă a luminii soarelui care contribuie la bolile ochiului. Recomandarea este să cauţi ochelari de soare care blochează între 99 – 100 din radiaţiile UVA şi UVB.

De ce ies ochelarii de soare în evidentă

Ochelarii de soare sunt elementul perfect care adaugă putere felului în care arăţi. Te fac mai misterios, mai elegant, îţi dau o alură de băiat rău.

Ochii sunt o sursă de putere în interacţiunile sociale. Dacă peste 90 din comunicare este non-verbală, şi dacă ochii sunt cel mai puternic mijloc de a comunica non-verbal, atunci putem să deducem că ochelarii sunt nişte unelte foarte puternice din arsenalul unui bărbat.

Pentru aceia dintre voi care sunteţi mai timizi, ochelarii de soare vă pot proteja, la început de privirile tăioase ale femeilor, în special ale celor frumoase. În momentul când vorbeşti cu o femeie de care îţi place şi nu ai încredere de sine, pupilele tind să se dilate, iar asta este observat imediat. Prin ochelari înveţi foarte uşor să menţii contactul vizual cu persoanele cu care vorbeşti.

Ochelarii de soare îi previn pe alţii să îţi ia din „putere". Nu poţi să citeşti un om dacă nu îi poţi vedea ochii, oglinda sufletului. Un

mascul alfa cu ochelari fumurii nu numai că are o prezenţă puternică dar e greu să îţi dai seama ce vrea cu Iilror.it t a vxmntele v\e van» lr tolosește. HMitni că nu li ve/j oi-lm r. Mtv vA te prixrţtv direct în ochi. Poate se uită în altă jxirtv. Simplul la pl vA îţi pui acra st A întrebare te poate face să r/îţi în ţaţa lut. Fatal.

Ovhelarii de stxarr lac vă ochii să par A mai muri. Îţi rxagrrrazA una dintre princixtivir surse dr putere.

Ochelarii de soare în club

Dacă plănuieşti să porţi ochelari de soare în club, ai grijă să intri în club cu ei puşi: în schimb, nu îi purta cât timp eşti înăuntru. Aşa va parva că i-ai purtat toată ziua şi s-a întâmplat să ajungi în club cu ei pe tine. În loc să fii tipul care îşi aduce ochelarii special ca să îi poarte în club. E la fel de bine dacă îi porţi pe cap ca şi accesoriu.

Dacă ai de gând să porţi ochelari de soare la o petrecere *ituioor* (sau noaptea), ca o celebritate, e de zece ori mai bine dacă porţi o pereche care le permite celorlalţi să îţi vadă ochii.

Observă cum ochelarii din imaginea de mai sus îi oferă şi mai multă putere bărbatului.

Spun ama în v-i tal tirul ru r* 4 purta orhelari fumurii no. Ipiv. I txmtv pân-a e* În întrsdiiH th pr-a tarr. (And pocti orhvhirii neftimurii îţi reduce tău» de ei a în krvi de o un cau de 1111 perete 91 de a în face de ras.

Pe scurt, nu vrei a pari e* nu vezi pe unde mergi. K foarte ok să porţi fumurii vând e «oare afarA dar ia c1 pereche mai deschisă când mergi în baruri sau cluburi.

Apropo de purtatul ochelarilor fumurii cirul afară e oarr puternic, ţine minte că nepurtatul lor îţi distorsionra/A toată faţa. Ca să nu mai spun că atunci când îţi vei pune mâna U ochi să te aperi de razele soarelui, vei arăta ca şi căpitanul Cook căutând nave la orizont! Vei arăta mai atractiv ţi relaxat cu ochelari de soare să te protejeze de razele ultraviolete.

Ochelarii de soare pot face oricând subiectul unei conversaţii, ca orice alt accesoriu de altfel, cu condiţia să iasă în evidenţă cu ceva sau să îţi vină foarte bine. Poţi de exemplu să îţi pui ochelarii pe capul unei fete, în joacă. Asta cu siguranţă o va face să râdă şi o va face să stea mai mult lângă tine. Pentru că poartă ceva de-al tău.

Asortarea de culori

Caută o pereche care se potriveşte cu culoarea părului şi nuanţa pielii. De exemplu, ramele închise la culoare sau cu lentila foarte închisă favorizează pe cei mai bruneţi. Pe de altă parte, ramele aurii sau galbene se potrivesc mai bine unei persoane cu părul şi tonul pielii deschis. Ramele argintii merg destul de bine la tipii bruneţi şi extraordinar la tipii blonzi.

De asemenea, încearcă să asortezi culoarea ramei cu culoarea accesoriilor pe care le porţi. Argint cu argintiu, aur cu auriu. Nu e bine să le interschimbi.

Hai să luăm fiecare culoare în parte.

Ciri-ţil este vuloartni van* ntlA vvi mai bine. Prin lentilA. Culorile naturale indiferent de luminozitate. În general, necnstă culoar" este recomandată de sperialiştii în optică solară pentru protevtia le care o oferă. În general, ochelarii folosiţi la schi au lentilele de această culoare.

lentilele maro

Maro-ul este o culoare care oferă un contrast foarte bun şi, deci. O viziune foarte bună. În plus, oferă şi o protecţie foarte bună în

majoritatea cazurilor. Mici probleme cu acest tip de lentile pot apărea în cazul schimbărilor bruşte de luminozitate, cazuri în care vei simţi un uşor disconfort la ochi.

lentilele albastre

Acestea sunt ideale în caz de luminozitate redusă sau moderată. Acest tip de ochelari sunt folosiţi în special toamna şi iarna datorită cantităţii reduse de lumină solară (vreme mai închisă şi unghiul sub care bat razele asupra pământului în această perioadă. Lentilele albastre fac cel mai adesea parte din categoriile 1 sau 2 de protecţie (despre care am vorbit mai devreme).

Ce e la modă

Ochelarii care sunt acum la modă sunt cei care au lentilele: puţin fumurii. Mai sunt la modă ochelarii cu ramă mai groasă şi. Neagră. Aceştia din urmă pot fi purtaţi cu o jachetă sport elegantă.

Ţine minte că majoritatea ochelarilor sunt unisex. Dar sunt şi perechi special concepute pentru femei. Le poţi recunoaşte prin faptul că au bijuterii (sau imitaţii) pe ramă.

Damviitoare rând intri într-un în «win «te «rhhiri, «pune va vrei» A probezi o pereche de ochelari Ray-Ban Aviator, gvn se potrivite cu aproape orice» atât cu ţinute *că au al* cât şi la costum.

Dacă ai o ţinută de star rock. Îţi recomand o pereche «le ochelari Diesel. Alege o pereche cu lentile mai puţin fumurii, şi iiiccarcă-i cu o jachetă sport albă.

Acum nu mai rămâne decât în pui în aplicare ceea ce ai citit. Du-te şi probează o pereche la cel mai apropiat magazin! Caută ceea ce se potriveşte cu faţa ta, apoi poartă-l doar când e cazul. Ţine minte: ochelarii de soare sunt doar un accesoriu, trebuie folosiţi cu atenţie!

brăţării.k

Unul dintrr rele mai puţin căutate accesorii pentru bărbaţi este vu siguranţă brăţara. Ie obicei ne mulţumim cu un lănţişor sau un ceas dar… lucrurile se schimbA. Încercăm să ridicăm ştacheta să ieşim în evidenţa. O brăţară va face asta cu siguranţă.

Îi rx) ţara este doar o alta cale prin care îţi poţi afişQ

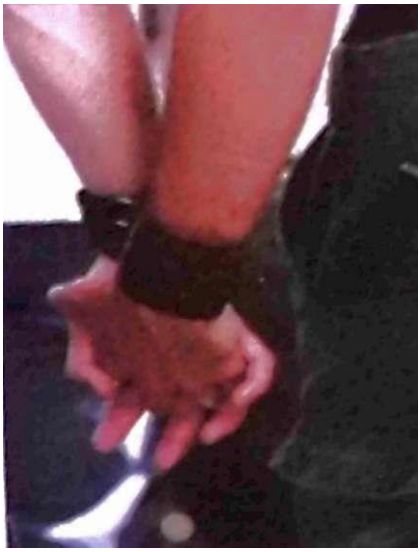
personalitatea.

Asta înseamnă că braţările nu sunt cu nimic mai speciale decât inelele sau lănţişoarele. Într-o seară poţi opta pentru o brăţară de piele, în altă seară pentru un inel. Sau le poţi purta pe amândouă, dacă se potrivesc atât între ele cât şi cu restul ţinutei.

Câteva sfaturi şi exemple

Dacă – ai o încheietură subţire, alege o brăţară mai lată, care să adauge greutate încheieturii tale, cum este această brăţară din piele, de mai jos.

Deoarece e maro, o poţi asorta cu accesorii aurii sau galbene, cum ar fi un lănţişor de aur. Nu îţi recomand să o asortezi cu lănţişoare de argint.



Braţ ara de mai jos o poţi potrivi cu orice ţinuta casual:

Iată o brăţară de surfer, în caz că te pasionează acest sport. Dar… le poţi lua în considerare şi dacă nu îl practici! îţi vor da un aer „sportiv” la orice vârstă.

Pentru ceva mai subtil, o brăţară mai rafinată:

Dacă vrei ceva mai sofisticat sau strălucitor, alege o brăţară de argint:

Orice brăţară din cauciuc sau piele este considerată *casual.* În timp ce una din metal este considerat* elegantă o brăţară ce are atât şi metal cât şi cauciuc va fi potrivită pentru ambele ocazii. Iată un exemplu de brăţară confecţionată atât din piele cât şi din argint:

După cum vezi, brăţările pot părea neînsemnate, însă sunt o modalitate extraordinară de a-ţi îmbunătăţi stilul.

INKLK1.H

Iin cu în or mai mulţi bărbaţi preferă să poarte inele, iar cei care nu au. Se gândesc din ce în ce mai serios să achiziţioneze unul. Informaţie despre bijuterii în general este foarte multă, însă despre categoria mai restrânsă a inelelor de bărbaţi, este aproape inexistentă. Inelele vin într-o varietate de materiale, cele mai importante fiind

aurul, argintul, tungstenul, oţelul inoxidabil şi titanul.

Mic istoric

Inelele nu sunt o noutate pentru bărbaţi. Primii care le-au purtat au fost egiptenii, care le uneau unul de celălalt în lanţ, fie pentru a fi folosite ca monedă de schimb, fie pentru a fi „purtate în viaţa de apoi" de către mumii. Grecii şi romanii le foloseau ca sigilii regale, iar la sfârşitul Evului Mediu, au devenit aşa de populare încât s-au scris legi interzicându-le celor săraci să le poarte. Explozia inelelor pentru bărbaţi a început după cel de-al doilea Război Mondial, când inelele au început să fie folosite de bărbaţii căsătoriţi.

Ne vom concentra în cele ce urmează asupra inelelor ca accesorii.

Nu toţi bărbaţii pot purta inele

Am văzut cu toţii tipi pe care bijuteriile nu stau bine. Sunt genul cărora nu le-ar sta bine cu un inel nici dacă şi-ar putea jtlege dintre toate inelrle lumii vini ar mi-a fi forma mâinilor, imaginea el imtamblu ptsr fi» împân n-va inexplicabil.

Din experienţă. Iu «cr-ul în a purta inhe depinde în mare măsurA de pânturA. Felul în rare te întrii şi de cum eşti îmbrăcat. IV sfătuiesc să experimentezi. Pentru ei artă purtatului inelelor e ceva ce poate fi învăţat.

Genul de inel pe care îl porţi şi felul în care w potriveşte cu ce eşti îmbrăcat este un factor determinant: fie îţi va accentua look-ul fie va trimite mesaje mixte şi va face oamenii «A e uite ciudat la tine.

Ce poate face inelul potrivit pentru tine?

Inelul în sine nu te poate ajuta cu nimic. Dar poate fi un accesoriu grozav dacă te prezinţi cu stil la restul capitolelor. Rolul acestor accesorii este să îţi dea acel mic avantaj care te diferenţiază de restul. Nu vreau să sugerez că ai nevoie de acest avantaj, pentru că mulţi bărbaţi arată mai bine „curaţi", fără lucruri în exces pe ei. Dar alţii au o personalitate care are nevoie să iasă în evidenţă, iar un inel este ideal pentru a o semnala. Finalitatea acestei cărţi este aceea de a îţi redefini personalitatea, de a te redefini ca om. De aceea, inelul

trebuie văzut ca un pas înainte spre rezultatul final. Trebuie ales cu grijă în funcţie de ce stil de viaţă ai, de cum eşti, de cine eşti şi de ce vrei să ajungi. Personalitatea ta poate fi sexuală, misterioasă, romantică sau una „gălăgioasă" şi distractivă. Tu ştii mai bine!

Un lucru care îmi place să îl fac este să mă joc cu inelul în faţa oamenilor, în timpul unei conversaţii. Merge cel mai bine în grupuri, mai ales atunci când conversaţia este una plictisitoare. Dacă eşti cu nişte fete, de exemplu, şi le asculţi în timp ce te joci cu inelul, asta le va atrage automat atenţia. Iar dacă inelul pe care îl porţi este unul cu stil, cu siguranţă că vor fi foarte interesate să ştie de unde îl ai şi, mai ales, de ce îl porţi.

Alege un Inel care îţi va accentua utilul tiu unic

Vreau totuşi să fi minir cil iwa eu îţi voi arăta sunt tionr fixempif. *Cm* să fiţi faci o idee asupra a ceea ce vrei să cauţi. Fiecare inel se potrixvşte unui anumit stil.

Inele clasice

Acestea sunt foarte masculine şi sunt potrivite pentru bărbaţii care poartă cămăşi şi sacou îi.

Inele cosua/

Merg la blugi şi sacouri sport, dar nu şi la costum. Veri imaginea de mai jos.

Inele de argint cu piele natural.

Acest gen de inele vor atragr întotdeauna atenţia vor face ca oamenii să te întrebe de ele.

Inele sport

Acest gen de inele par mai normale. Se potrivesc unui tip cu o personalitate mai relaxată. Dacă nu eşti genul rare să poarte lanţuri care să iasă în evidenţă, cămăşi trendv sau haine gen „rock roii", dar te îmbraci mai sport, acest gen de inel e perfect pentru tine. Cheia e zona neagră din mijloc, care nu iese prea mult în evidenţă şi care place multora. Poţi ataşa acest gen de inele unui lanţ de cauciuc pentru a crea un look propriu.

Inelul Claddagh

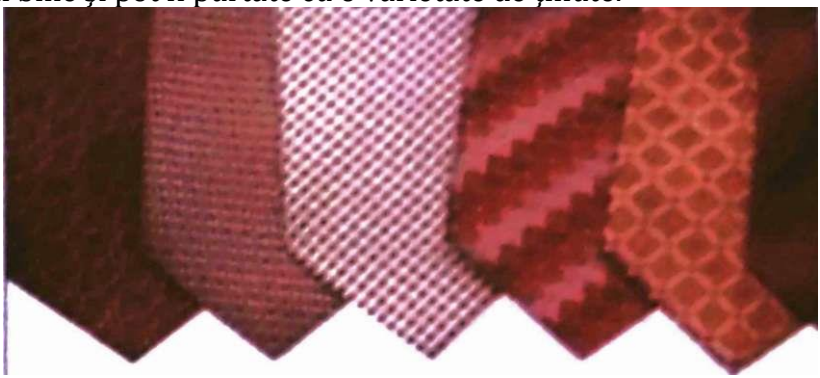
Pentru cei care nu ştiţi ce este un inel Claddagh: este un inel provenit din tradiţia irlandeză. Acesta are pe el o inimă (evident, vei găsi că aceste inimi vin într-o varietate de modele şi mărimi – eu am un inel care e făcut efectiv din inimi puse cap la cap). Dacă inelul e pe partea dreaptă, cu inima poziţionată în afară faţă de corp, asta indică

faptul că persoana care îl poartă nu este într-o relaţie serioasă, sau că este singură şi caută o relaţie – 4 inima le este deschisă". Dacă persoana îl poartă pe mâna stângă cu faţa spre exterior, aceasta semnifică că el/ea este logodită. Am văzut multe fete care îl poartă – poate amândoi îl veţi avea şi… vă veţi uita unul la inelul celuilalt. Poate fi începutul unei relaţii.

Sfat: IWA nu gAMşti genul de inri x» varv 1 cauţi uită-te pe rH, iv. V o ctţţtutu» drmnA ilr luat în camA. Iacă vrei simtvn online şi nu ştii vr măsură ai. Mergi la un magazin de bijuterii ţtenâni a afla.

Culoarea

Dacă vrei să mergi pe ceva mai îndrăzneţ, încearcă să te joci cu inelele colorate. Trebuie doar să fii atent să asortezi culorile cu restul hainelor şi al accesoriilor. De cele mai multe ori. Inelele clasice merg cel mai bine şi pot fi purtate cu o varietate de ţinute.



CRAVATELE

Un element căruia» deşi nu este neglijat, i se acordă importantă minoră, este reprezentat de cravate. Poate şi din cauza faptului că acestea sunt purtate doar la ocazii speciale, când prezenţa costumului este destul să ne scoată în evidenţă. Cu toate acestea, cravatele spun o poveste despre noi. Tot ce trebuie să facem este să ne asigurăm că spun povestea potrivită.

La fel ca în cazul cămăşilor, sunt două stiluri pe care poţi merge

când doreşti să achiziţionezi o cravată: un stil conservator (formal) sau unul mai nonconformist (*casual*). Diferenţa vizibilă între cravatele formale şi cele casual este aceea că cravatele formale sunt mai groase. Dacă ai intrat vreodată într-un magazin şi ai văzut cravate foarte subţiri (în special în magazinele pentru tineri), cu siguranţă acelea erau *casual*.

Cravatele formale

Stilul conwcvatorsepotriveşte cel mai bine ţinutelor de birou. IV obicei, sepoart* cravate închine la culoare (negre, albastre sau gri), care merg în ton cu costumul.

În alegerea unei astfel de cravate trebuie să ţii cont de lăţimea umerilor. Cu cât eşti mai lat în umeri cu atât ai nevoie de o cravată mai lată.

Cravatele *casual*

Unul dintre micile secrete pentru a ieşi în evidenţă este reprezentat de cravatele informale. Câţi tipi ai văzut în ultima vreme pe stradă cu blugi, cămaşă/tricou şi cravată? Probabil puţini. Când o să ai ocazia să vezi unul, o să îţi atragă cu siguranţă privirea.

Cravatele casual au o singură diferenţă majoră faţă de cele formale: sunt mai subţiri. Iată un exemplu:

Cravatele mrr în e dent**8**-wnt cele în cuwci ţtpă «clare Aici într-adevăr îţi facecte cap când vine’s rbm de nikiri cravatele roţii mer* f «**9**ne bine, la fel cete piirlicalu

Ce material să aleg la cravată?

Pentru cravatele formale (pentru costum) alege doar mătase. Dacă vrei cravate în forma le (subţiri), merge ţi alt material.

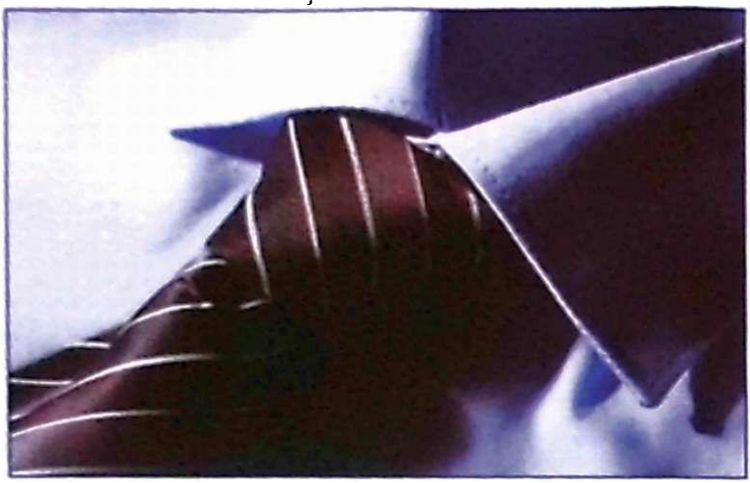
Cum asortez cravată cu restul ţinutei?

Depinde de cravată. Dacă ai una simplă (dintr-o singură culoare), lucrurile nu sunt foarte complicate. Singurul pericol este acela să nu te asortezi prea tare. Iată câteva exemple concrete:

Cravată verde cu cămaşă albă

[8] Cravată albastră cu cămaşă roz foarte deschis şi sacou negru
C ravată roşie cu cămaşă albă şi sacou negru

Cravată roz cu cămaşă albă şi sacou maro
Cravatărtocalie vu văma A albă sau gri
Cravată galbenă cu cămaşă albastru deschis şi sacou negru
Cravată maro cu cămaşă albastru deschis:



Ideea de bază este că cravata trebuie să aducă o pată de culoare în ţinuta ta. Totuşi, dacă ai un stil mai sobru, o cravată neagră, o cămaşă albă şi un sacou negru e suficient. Nu uita: totul depinde de cum te vezi îmbrăcat.

Dar A cravata are dungi mii pe e AtrW. Likroriur rompkcă dar nu prea mult. Srcrrtul rravatelor vii mai trmhe culori wtf e «una dintre acestea aA ar înrvv/r cu v-am «ia. Vei trtta o atenţie la detaliu ieşită din comun dacă vei facw ama. Spre evemplu:

Cravată roz cu picăţele albemre c4 ma* albaştri şi metru negru.

Cravată cu dungi albastre de diferite nuanţe fi dungi roz mai discrete, cămaşA roz. Sacou negru.

Ai prins ideea nu? Probează mai multe modele pană găseşti ceva care síţi placă. Dacă nu ai ochiul format, nu cumpăra din prima.

Cum să îmi calc cravata

Da, şi cravatele trebuie călcate. Nu vom insista mult peste acest subiect, vom vedea în mare cum se face.

În primul rând, verifică eticheta cravatei pentru a vedea din ce material este făcută. În funcţie de aceasta, vei seta fierul de călcat la o anumită temperatură. Dacă cravata este din mătase, setează-l la o temperatură mai scăzută, dacă este din bumbac, setează-l la o temperatură mai ridicată.

Aşază cravată cu partea inferioară deasupra.

Acoperă porţiunea cravatei pe care vrei să o calci cu o pânză de bumbac şi foloseşte fierul de călcat doar prin aceasta. Este important să nu calci cravata direct.

KŞARFKI.K

Sv/omtl nu este. Pentru mulţi bărbaţi, un anotimp nedorit deoarece nu îşi xt arăta muşchii în tricouri mulate, nu pot purta ochelari de soare ultimul răcnet – li se pare că geaca sau paltonul ascunde tot cu tine de fizic atunci când merg Pe stradă. Din fericire, există posibilităţi de a ieşi în evidenţă şi la – to grade: eşarfele.

Eşarfele vin. Asemenea cravatelor. Într-o mare varietate de culori şi texturi. Când ţi-o alegi, e important să ţii cont de ce haine de iarnă ai în dotare.

Deoarece majoritatea dintre noi avem paltoane şi jachete

închise la culoare, o eşarfe în culori ţipătoare (vezi imaginea din dreapta) e o alegere excelentă dacă vrei să adaugi puţin stil ţinutei tale. Pentru a vedea ce fel de culori ţi se potrivesc, aruncă o privire şi în secţiunea1" Asortarea ţinutei".

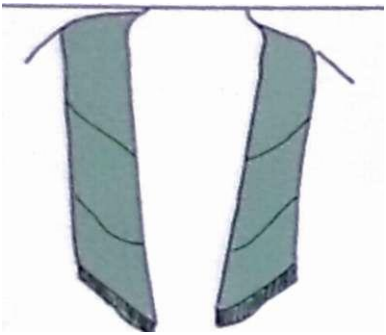
Un sfat: alege o eşarfa cu model. Eşarfele cu model au şi culori închise pe ele, iar combinaţia este foarte atractivă şi la modă. Aruncă o privire peste modelul de mai jos:

Eşarfa carr confraitetuă eu j-alttmu! ţi monrază aş tanalităţik fvtri

Dacă vrei o eşarfă simplă, în culori neutre, îți recomand una din mătase. Dacă porţi o ţinută deschisă la culoare vei beneficia şi de un mic contrast. Astfel, eşarfa va a atrage atenția asupra feţei.

Eşarfă de mătase (contrast)

vM.\ t o t, irfă v-n oiitmmm/A foarte bine cu puloverul şi. În plus. Rrtxtă culoarea romburilor «cemuin:

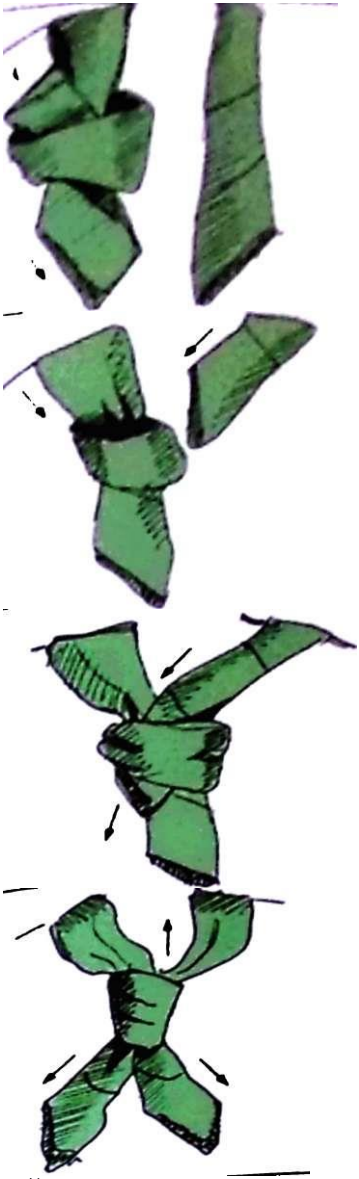


Cum să legi o eşarfa

Există o multitudine de posibilităţi de a lega o eşarfă. Vom prezenta în continuare două din ele.

Nodul fals

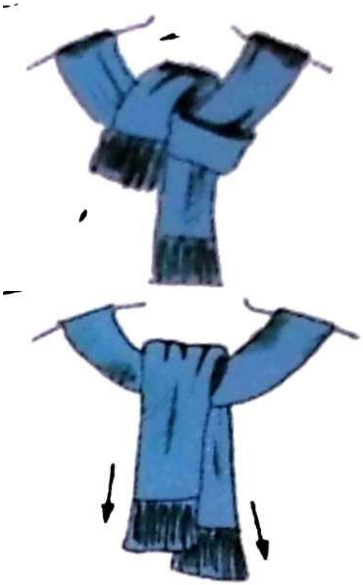
Lasă eşarfa să atârne egal de ambele părţi ale gâtului



FĂ un lumi partea şlif. Jtă
Apropie partea fără nrxi e) cea cu nexl

Introdu partea *fără* nod prin nod
Strânge nodul

Nodul Ascott
Lasfi eşarfa să atârne la acelaşi nivel de ambele pfârţi ale gâtului
Apropie unul dintre capete
Adu capătul pe care l-ai apropiat prin spatele celuilalt



Acum scoate-l în f-ţi

Ajustează ambele capete astfel încât să aibă aceeaşi lunjţime şi să atârne unul peste celălalt

Câteva sfaturi

O eşarfă mai lungă e mai bună decât o eşarfă mai scurtă pentru că pe aceasta din urmă nu o poţi înfăşura de prea multe ori în jurul gâtului. Caută ceva ce se poate înfăşura de două-trei ori.

Dacă porţi un palton cu rever şi eşarfa neînnodată, capetele acesteia trebuie să stea sub rever.

Dacă paltonul tău are rever şi eşarfa este înnodată, aceasta ar trebui să vină înăuntrul paltonului, lăsând să se vadă doar nodul.

GENTILE PENTRU BĂRBAŢI

Unul dintre accesoriile din ce în ce mai des folosit de bărbaţi este geanta. Deşi multora încă li se pare că genţile sunt doar pentru femei, acestea câştigă din ce în ce mai mult teren. Nu ştiu dacă aceste genţi contribuie la aşa-zisul proces de feminizare al bărbaţilor de care vorbesc unii însă ştiu că pot întregi cu succes garderoba oricărui bărbat.

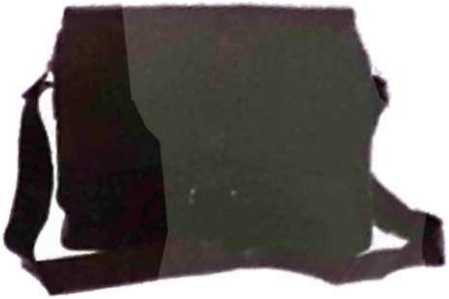
Să luăm pe rând cele mai importante tipuri şi să vedem situaţiile în care este adecvat să le porţi.

Geanta de umăr

Geanta de umăr e cel mai stilat accesoriu din categoria genţilor pentru bărbaţi. Vine într-o varietate de mărimi şi e folosită pentru a depozita în ea toate lucrurile care, altfel, ar umple buzunarele: chei, telefoane mobile, acte, portofelul etc.

D.u A alegi un moriel mai mare nu putea cu ţ-l/ita hârtii sau chiar cărţi în en.

Nu este un are iriu car-mvargA l. T cotum dar merge perfect în viaţa de zi cu zi. O iev alege atât prin itrvtma utilităţii cât şi prin cea a stilului.



Când o alegi, verifică să aibă destule buzunare în care să îți poţi pune lucrurile, poţi chiar să-ţi pui mobilul într-unul din ele pentru a vedea dacă se potrivește.

Mergi pe culori închise, negru sau maro. Astfel, geanta ta de umăr se va potrivi cu aproape orice ţinută *casual*.

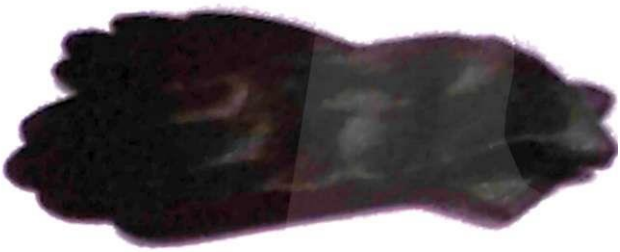
Servieta

Dacă borseta nu e suficientă pentru a-ţi depozita lucrurile, o servietă îţi va fi de mare folos. E mai încăpătoare decât majoritatea genţilor de umăr şi, ce e mai important, se potrivește ţinutelor formale de) irou.

Dacă porţi frecvent acte, probabil ştii deja de servietele cu fiecanism de închidere. Acestea w imvimână. Cle ttbicet. Cu o cutie ţi-au avantajul că protfjftzi conţinutul fragil IVravantajul r-te acria că îţi x-a fi foarte greu să imifţi mai multe hârtii din cauza construcţiei rigide.

lie i sunt mai multe tipuri de genţi pentru bărbaţi, doar acestea două sunt potrivit* unui bărbat cu stil. Borsetele ceseleagă în jurul taliei, asemenea unei curele» nu au stil. După părerea mea. Deoarece o astfel de achiziţie se face pe termen lung, merită să cauţi mai multe modele din diferite magazine înainte de a te decide.

Pentru un plus de personalitate, asortează borseta sau servieta cu pantofii, cureaua, portofelul sau cu brăţara de piele.



MĂNUŞILE

Unul dintre accesoriile care au simbolizat dintotdeauna puterea este reprezentat de mănuşi.

Pe lângă că arată clasă, mănuşile te protejează de frig foarte bine, atâta timp cât sunt din piele. Pielea este, de altfel, singurul material pe care ar trebui să mergi când îţi alegi o pereche. E cel mai durabil şi te protejează cel mai bine de frig.

Dacă vrei un anumit tip de piele, ai de unde alqge: piele de miel, de căprioară, de capră sau chiar de porcânsă acesta nu e un detaliu extrem de important dacă eşti la buget.

Un aspect mult mai important este culoarea şi felul cum le asortezi cu restul ţinutei. Majoritatea mănuşilor sunt negre, maro, gri sau, uneori, albe. Cel mai indicat este să le asortezi cu pantofii sau bocancii. Deci, în momentul în care îţi cumperi o pereche, gândeşte-te la pantofii pe care îi vei purta cel mai des u acele mănuşi.

În momentul când probezi, nu face compromisuri cu nănuşi prea largi sau prea strâmte. Acestea trebuie să-ţi vină line pe mână, să le poţi pune şi scoate uşor şi să îţi poţi mişca îne degetele.

Capitolul AL NOUĂLEA:

paltoanele şi *jachetele*

PALTOANELE

În ultima vrvmv. Paltonul este oarecum omis ca clement indisjx nsabil din garderoba masculină. Probabil vinovate de aceasta sunt abordarea tot mai *casual* a modei sau traiul în medii cu climat

controlat artificial, ce nu ne mai pune atât de des în contact cu frigul de afară. Însă. Orice bărbat ar trebui să investească într-un palton, din motive practice ce nu ţin neapărat de modă.

Este adevărat, poţi arunca o geacă de fas peste un costum, dar aceasta, deşi probabil o consideri mai călduroasă şi mai comodă, nu va face decât să îţi şifoneze costumul şi să îi distorsioneze forma, mai ales în zona umerilor.

În plus, în lunile friguroase, oricât de stilat ar fi costumul pe care îl porţi pe dedesubt, prima impresie pe care o vei face se va baza pe ceea ce porţi peste acesta. Dacă pe deasupra porţi o geacă sport, vei da impresia unei ţinute sport iar costumul de dedesubt şi pantofii eleganţi vor apărea într-o notă discordantă.

Pe de altă parte însă, dacă îţi faci apariţia într-un palton până la genunchi, cu un fular înnodat la gât, vei face o impresie total diferită, chiar şi atunci când, după ce îţi vei da jos paltonul, vei rămâne în pulover şi blugi.

Dintre toate pirat W vruimânur» –, pattewr» eW svhimhet cH mai puţin de-a lungul timpului. «Seeâsnetii v mimele de specialitate le catal «heavă dutwl diferite enten… «n funcţie de materialele din care «unt confecţionate, în funct» de utilizare, etc. Nu exist! un standard bine definit în domeniu. a în acest caz vom încerca câte-oiilarea W în 5 stiluri principie în funcţie de croialA.

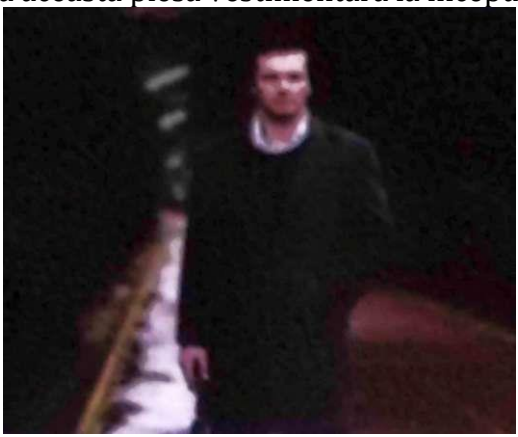
Stilul scurt.

A apărut prin anii 1950 – 1960. Atunci când maşinile deveneau tot mai populare. Şoferii, nemaifiind atât de expuşi la climatul exterior, au simţit nevoia unui palton mai confortabil şi adecvat condusului, deci mai scurt.

Realizat din diferite tipuri de material şi având croieli cât mai originale, acest gen de palton şi-a păstrat locul bine meritat printre cele mai comode stiluri de paltoane până în zilele noastre. Un exemplu foarte bun este cel purtat de Jude Lew în filmul Alfie, ce a creat un adevărat curent în modă.

Stilul Chesterfield

De origine britanică, acest tip de palton a împrumutat numele de la al şaselea conte de Chesterfield, George Stanhope, ce a făcut celebră această piesă vestimentară la începutul secolului al XIX-lea.



Aerivi întxiel st distinge prin guler simplu sau petrecut. Buzunar la piept, buzunare oblice, lungime până genunchi. Croială elegantă şi uşor cambrată. Una particularităţile acestui întxiel este gulerul negru din velurât, cu timpul, acest detaliu a devenit facultativ.

Stilul acesta foarte clasic este cel mai bine pus în valoare culori gri, gri închis, realizat din caşmir în culori sobre sau din stofă din păr de cămilă.

Stilul Covert

Acest stil de palton, înrudit în linii mari cu paltonul stil Chesterfield, şi-a luat denumirea de la materialul din care era de obicei realizat, şi anume lâna *covert*. Era preferatul aristocraţilor aflaţi la echitaţie sau partide de vânătoare. ÎS

Culoarea definitorie pentru acest stil de palton este bejtă S în diferite nuanţe.

Caracteristici principale ale acestui stil sunt deschiderea teg guler, nasturii pe un singur rând şi mascaţi, şi cele 4 rândurhte nianiri paralrv le IW fi la *y* urmat. Mii naiul r* «o*

U pahianr i «o-i-rl. CW w eeet tipuri ik t fi ni tmatarl

Stilul Crombig

Şi denumirea acestui «al est* UM de v hhunkă. Vine tir la uzina de textile fondat! de John e» rob e în isoţ.

Acest palton foarte clasic, cu guler «amph. Li H Într-un singur rând de nasturi este cunoscut de către te iltşti ţ* wh alte denumiri. Particularităţile acestui sttt de («În sunt umerii mai răscroiţi. Gulerul cu rever aplicat fi buzunarele cu după ţi eventual buzunar tăiat la piept.

Este un model potrivit în orice ocazie, atât în cela extrem de elegante cât şi în cele casual.

Stilul Polo

Acest tip clasic de palton este inspirat din ţinuta jucătorilor de polo din Anglia anilor 1900. Şi a fost ficat cunoscut de celebra marcă americani Brooks Brothers, care a îmbrăcat personalităţi precum Abraham Lincoln, Franklin D. Roosevelt, John F. Kennedy, Clark Gable, Cary Grafit, etc.

Îl întâlnim atât în varianta închisă cu un singur rând de îasturi dar şi în cea cu două rânduri de naşteri uneori este îecorat cu buzunare mari şi o curea falsă la spate, iar alteori cu curea propriu-zisă în jurul taliei.

IVittni mexM. Paleta cromatică r-tr extrem ev dâvmU. La lui gama dr materiale din care vstr realizat.

Ce palton să aleg?

Pentru orice hârbul cam se respectă* alegerea ideală deasupra unui costum va fi un palton. Paltonul este acea piesă vestimentară ce va adăuga clasă garderobei tale de iarnă.

lui probarea paltonului, ideal este să fii îmbrăcat în costum, pentru a observa cum se aşază acesta peste sacou. Fii foarte atent la linia umerilor. Paltonul nu trebuie să fie nici prea strâmt pentru a nu distorsiona costumul şi a permite mişcarea lejeră, dar nici prea larg. În aceste cazuri fiind foarte inestetic.

Un alt aspect la care trebuie să fii atent la probă este lungimea mânecii. Ideal este ca, atunci când ţii cotul îndoit, manşeta paltonului

să se termine în dreptul încheieturii mâinii.

Verifică de asemenea ca gulerul să îşi menţină poziţia atunci când îl ridici; pe lângă faptul că aceasta reprezintă o dovadă a unei croieli bine realizate, s-ar putea să fii nevoit să îl porţi astfel pe vreme cu vânt puternic, viscol, etc.

Un alt amănunt ce poate spune multe despre calitatea unui astfel de produs este căptuşeala. Controlează ca aceasta să nu fie dintr-un material incomod sau de proastă calitate, şi verifică dacă cusăturile acesteia sunt trainice.

Ca orice altă piesă vestimentară, şi paltonul trebuie ales în funcţie de fizicul fiecăruia, pentru a pune în evidenţă punctele tale forte şi a ascunde eventualele defecte.

Un bărbat mai scund va trebui să îmbrace haine care să îi lungească configuraţia. În alegerea modelului potrivit de palton se poate folosi de unele trucuri cum ar fi: o linie a umerilor mai dreaptă, buzunarele amplasate puţin mai sus decât în mod normal, o linie a gulerului nu exagerat de adâncă. Lungimea paltonului în niciun caz nu trebuie să depăşească genunchii.

Ortea în**10**4 egali mai înh. «ihiectivul va fi «lunti arela «V

---

[10] Libertatea de mişcare. Jacheta nu trebuie să îţi restricţioneze mişcările în nici un fel. Totuşi, nu cumpăra una cu două numere mai mare pentru a fi sigur de asta. De asemenea, evită pe cât posibil produsele unisex. Probează jacheta ridicând mâinile şi aplecându-te pentru a te asigura că nu este incomodă la mişcări normale.

Confortul termic. în funcţie de model şi materialul din care este confecţionată, jacheta aleasă va fi mai mult sau mai puţin călduroasă. Aşteaptă-te ca jachetele ce te vor

whilihrarv în Uţimi. 1) rin w va mrrfr pe linii «în/smtaW MizvazA pe texaturi în p-trţele conaimente. Rum ar fi de vwmplu furcti-ul. Dia «terne nea. Culorile (WiihiM avantajează mult acv.st gen tiv constituţie.

Paltoanele închise în două rânduri de nasturi îi avantajează pe cei care au o statură impunătoare. Tecă încă eşti puţin mai mbust, trebuie să alegi forme, culori şi materiale care's; v nu accentucze acest defect. Recomandate sunt culonle cobee. Închise, croiurile drepte, necabrate şi ţesăturile cu linii verticale sau gen *Jtshbanv*. F.vită cu orice preţ paltoanele lungi şi ţie cele prea voluminoase sau grele.

În materie de culori, dacă nu ştii ce ţi s-ar potrivi cel mai bine. Negrul este alegerea ideală, exceptând cazul în care eşti foarte înalt sau foarte slab. Alte alternative care se potrivesc de minune la orice culoare de costum şi cravată sunt bleu-marinul închis şi culoarea cărbunelui. Şi culorile deschise de tipul bejului şi griului pot fi asortate cu uşurinţă la restul vestimentaţiei.

Paltonul fiind o achiziţie de care probabil vei dori să te bucuri mai multe ierni, este bine să cunoşti câteva reguli de întreţinere ale acestuia:

Nu se spală la maşină chiar dacă acest lucru ar putea fi indicat pe etichetă produsului. Paltonul se curăţă doar la curăţătorii chimice specializate.

Evită călcarea paltonului cu fierul încins. Materialele moi precum lâna, caşmirul, sunt foarte sensibile şi pot căpăta un aspect „lucios" la contactul cu obiecte fierbinţi.

_ Nu purta niciodată culorile sărbătorilor de iarnă (roşu cu verde), decât eventual în preajma acestor sărbători). Mai sunt şi alte combinaţii fatale, cum ar fi roşu şi roz sau roşu şi galben. Asta nu înseamnă, totuşi, că nu poţi purta, de exemplu, un tricou care să aibă câte puţin din fiecare culoare fatală. M-am referit în primul rând la a nu le combina în exces deci, dacă unul dintre accesorii are roşu, şi ai şi galben pe tricou, combinaţia poate merge atâta timp cât culorile predominante sunt în armonie.

Încearcă să ţii întotdeauna paltonul pe umeraş atunci când nu îl porţi; agăţarea în cuiere duce la deformarea spatelui şi a liniei umerilor.

JACHETELE

Odată vii răcirea vremii. Fie că este vorba de schimbare de anotimp sau doar de diferenţe de temperatură pe durata unei zile, apar în scenA jachetele. Într-o diversitate de module, realizate din cea mai vastă gamă de materiale posibile, în diverse culori, este practic imposibil să nu ai deja măcar una în garderoba ta.

Unele modele de jachete îşi menţin ferm poziţia în faţa diferitelor tendinţe din modă, cum ar fi cele din piele. Altele, deşi nu sunt întotdeauna în mare vogă, sunt preferate datorită comodităţii pe care o oferă, cum ar fi jachetele matlasate, sport, sau jachetele clasice din stofă. Altele, în schimb, dispar şi reapar în actualitate, suferind mai mult sau mai puţin transformări de stil. Cum ar fi jachetele din denim.

Alegerea unei jachete depinde foarte mult de stilul, de personalitatea fiecăruia, de mediul în care va fi îmbrăcată şi de scopul în care va fi îmbrăcată. Alegerea unei jachete care să se potrivească oricărei împrejurări este practic imposibilă.

Există totuşi câteva aspecte după care te poţi ghida la alegerea tipului de jachetă potrivit ţie:

totam mai Mmde frr A fie mei voluminemiw şi mei grrW. Există şi tipuri «lv căpinshi «înteţire spehst concepute «A ofvrv un confort termic ţorit cu un aport oikt mai mic în materie dr volum» i greutate, dar, pentru acestea. Fii pregătit A plăteşti mai mult.

Re7. Intenta la intemperii. Multe jachete «unt confecţionate din materiale rezistente la vânt în exterior. Dacă scopul principal cete îmbrăcarea jachetei în timpul activităţilor în aer liber de lungă durată, orienteazĂ-te spre un model ce se pretează la aceasta, cu manşetele şi bordura tricotate sau pe bază de elastic.

Gluga. În cazul în care optezi pentru un model cu glugă, nu uita că scopul ei este să conserve căldura, deci asigură-te că aceasta ţi se potriveşte bine pe cap şi nu te incomodează.

Fermoarul. Dacă ai ales un model de jachetă cu fermoar controlează că acesta nu numai să fie de calitate, ci şi că terminaţiile lui sunt izolate (de obicei cu material) pentru a nu permite pătrunderea frigului.

Buzunarele. Acestea au două scopuri – de a-ţi ţine mâinile calde şi alte obiecte în ele. Buzunarele căptuşite sunt deci binevenite şi verifică dacă au un sistem de închidere pe care să te poţi baza.

Având prezente aceste sugestii generale în alegerea tipului de jachetă potrivit, iată şi câteva dintre tipurile de jachete în vogă în acest moment:

Jacheta clasică

Este ideală în *zilele* nu tocmai friguroase şi preferata celor adoptă un *stil mai* elegant. Se poate purta atât peste *costum*: şi *peste o* ţinută casual.

Materialele inimitr sunt dixvrse: stofa, tereot, twrett. Combinaţii de xâscor A fibre sintetice ce îi mnferA ţinută.

IV Ungă culorile clasice consacrate va negrul, griul închis, maronul. Etv, în mare xtgă este xişiniul.

Vn ax-antaj deosebit al acestui tip de jachetă este că poate fi acxxrsorirat în mod foarte inxmtiv cu diferite fulare şi eşarfe, iar genţile de umăr se potrixwc perfect la o astfel de ţinută.

Haină de piele

Haină de piele este un tip special de jachetă ce a fost împrumutată din lumea sportului, mai bine zis din motociclism. Aceasta s-a născut din necesitatea de a crea o geacă dintr-un material care să protejeze corpul de diverşi factori: temperatura externă, ploaia, vântul şi eventualele căderi şi alunecări pe asfalt.

În modă, întâlnim geacă de piele care păstrează conotaţii de prex-alenţă sportivă chiar dacă uneori este confecţionată în stil clasic.

(ieac-i dr pielr poate fi lung* u teurt. Din piele mo piele întoarsă, căptuşit* cu material hau Man*, A-tW, una dintre calităţii** sale, pentru carp este foarte apreciat*, este e* actgur* o ilohirv termică sporit.

Ica realizarea acestui tip de obiect vestimentar. Pe lângă materia primă scump*, este nevoie şi de o manoperă compelentă. De aceea preţul este mai ridicat decât al altor tipuri de jachete. Cel mai bine este să achiziţionezi acest tip de gracă din magazine specializate, de încredere, unde poţi primi indicaţii despre cum trebuie întreţinut*, existând particularităţi în funcţie de model.

Fiind un obiect vestimentar tipic ce nu trece neobservat el nu este potrivit în orice ocazie, şi nu avantajează orice conformaţie fizică. În cazul în care decizi să achiziţionezi o astfel de geacă, asigură-te că modelul ales îţi avantajează trăsăturile fizice, că este de bună calitate şi fii pregătit să plăteşti mai mult decât pentru un alt tip de jachetă.

În materie de culori, pe lângă negru (considerat mereu la modă pentru acest tip de jachete), de actualitate, sunt culorile „naturale" precum maronul şi bejul. Tendinţele actuale recomandă renunţarea la fermoarele şi buzunarele în exces.

Jacheta de tip milităresc

Odată cu readoptarea stilului vintage, apare în scenă şi i cheta stil milităresc, încadrându-se acum perfect în peisajul ban. Elementele definitorii sunt epoleţii, nasturii metalici şi zunarele aplicate la piept. Culorile predominante sunt kaki, de gri închis şi bleu-marin. Există însă, pentru excentrici, şi luni mai colorate.

Închem din denim

Jacheta tic blugi nu a fost tot timpul la modă: a avut perioade când a fost neglijată. Totuşi, poate fi o opţiune. Dacă ai aşa ceva în dulap, nu te grăbi să arunci.

Nu uita însă că încercarea de a combina jacheta de denim cu blugi poate fi fatală, mai ales dacă încerci variaţii pe aceeaşi nuanţă. Varianta cea mai la îndemână pentru oricine este de a îmbrăca jacheta de denim la pantaloni negri.

Geacă matlasată cu glugă

Inspirată din vestimentaţia eschimoşilor, acest obiect vestimentar prezintă avantajul de a fi foarte călduros în anotimpul rece, şi foarte comod, acesta fiind probabil principalul factor pentru care este atât de apreciat. Probabil un alt factor care îl menţine în vogă este adoptarea lui de reprezentanţii unor curente muzicale ca hip-hop – ui.

Sunt preferate modelele cu bordură de blană la glugă, în culori ce tree de la alb, alb-aidef, auriu până la nuanţe mai cuminţi ca bleumarin-ul, grena-ul şi kakiul.

Se potriveşte de minune cu blugi, chiar şi modelele mai largi, încălţăminte sport, iar ca accesorii sunt preferate fularele şi căciulile din lână.

Acest model de geacă, în special variantele mai voluminoase, *se* recomandă doar celor bine *proporţionali*.

CAPITOLUL AL ZECELEA: PUNE ÎN APLICARE

Odată ce te-ai pus la punct cu lucrurile de bază. E timpul să înveţi cttm să te îmbraci cu stil. A te îmbrăca cu stil nu este sinonim cu a te îmbrăca la modă, ci chiar opusul. De ce? Pentru că o garderobă la modă se e obligată să se schimbe în fiecare sezon pentru a ţine pasul. O garderobă cu stil are ca primă regulă „recrutaream de haine care să îţi vină bine. Şi cum forma feţei, lăţimea umerilor şi înălţimea sunt relativ constante odată ce ai ajuns la maturitate, o garderobă cu stil e garantată să ţină cât durata de viaţă a hainelor care o formează.

Aceasta nu înseamnă că nu poţi fi şi la modă în acelaşi timp. Să te îmbraci la modă arată că ştii ce se întâmplă în jurul tău. Însă, o

garderobă cu stil comunică mult mai mult de atât: arată că îţi cunoşti corpulf că eşti unic şi că ştii să îţi pui în evidenţă punctele forte. Dacă emani rafinament şi bun gust la exterior, un privitor va concluziona că eşti la fel şi pe interior.

Trebuie să te avertizez asupra unui fapt. De-a lungul călătoriei tale spre a-ţi descoperi propriul stil vei face foarte *multe* greşeli. E normal să se întâmple asta, şi eu am făcut enorm de multe. Nu uita că din greşeli se învaţă. Citeşte, încearcă apoi încearcă, apoi citeşte din nou şi iar încearcă… până vei reuşi.

CUM SĂ TE ÎMBRACI ÎN FUNCŢIE DB

corpul. TĂu

Cineva spunea odată că suntem foarte asemănători deoarece avem peste 99 din genetic comun. Apoi a venit altcineva (probabil o femeie) şi a spus că fiecare e unic. Când vine vorba de stil» cea de-a doua afirmaţie are mai rauhă rezonanţă. Când te îmbraci, practic poţi avea două obiective în cap: să încerci să îţi ascunzi defectele sau să îţi pul în evident* calităţile.

Să vedem ce poţi face în funcţie de tipul corpului tău.

Dacă vrei să pari mai în vârstă…

Trebuie să eviţi să te îmbraci în culori vii. Culorile vii sunt purtate mai mult de tineri, pentru că vor să iasă cu orice preţ în evidenţă. Tu va trebui să ieşi în evidenţă într-un mod mai subtil. Culorile potrivite pentru tine sunt negru, verde sau maro închis, gri, albastru închis etc.

Un accesoriu care îmbătrâneşte este reprezentat de ochelarii de soare, deci ar fi o idee bună să îţi achiziţionezi o pereche. Vom vorbi despre ei pe larg mai încolo.

Dacă vrei să pari mai tânăr Pentru a părea mai tânăr alege haine în culori vii, gen Ibastru deschis sau galben pal. Evită ochelarii de soare câttv trvw aceştia te vor face să pari mai bătrân. C) tunsoare la menlA printre tineri te-ar putea ajuta» de ademenea.

Cum să pari mai înalt…

Un mic secret pentru a părea mai înalt în ţinutele tale este să

porţi aceeaşi culoare (eventual de nuanţe diferite) de sus pană jos. Asta îţi va conferi o continuitate** În momentul când cineva se va uita la tine. Fii foarte atent la felul cum vin hainele pe tine: ai grijă să nu fie prea largi. În plus, să nu uităm de eternele dungi verticale.

Dacă ai kilograme în plus…

Culoarea neagră e cel mai mare aliat al tău. Automat, trebuie să te fereşti de culorile vii care nu vor face altceva decât să atragă atenţia asupra proporţiilor tale. Evită imprimeurile pe cât posibil, încearcă să porţi culori solide.

Nu face greşeala să crezi că hainele mai strâmte te vor subţia în vreun fel. Nu vor face decât să atragă atenţia asupra zonelor unde s-a acumulat grăsimea. De asemenea, să nu cazi nici în cealaltă extremă, crezând că nişte haine mai largi vor ascunde totul. Hainele mai largi nu vor face decât să te facă să pari şi mai mare. Cheia succesului este ca hainele să îţi vină cât mai bine pe corp şi să te simţi cât mai confortabil.

Evită să porţi sacouri sport, tricouri, pulovere care cad pe umeri deoarece vor atrage atenţia asupra secţiunii mediene. Sacourile cu unul sau doi nasturi vor atrage atenţia că eşti un tip robust. Poartă sacouri cu trei nasturi pentru a arăta mai înalt şi slăbuţ. Nu uita că primul nasture se poartă încheiat.

Nu purta niciodat, blu/A gwt Aonti V va ««curule gâtul şi vei avea un look cumpărt. O bluză e*» gulerul în V te va ajuta să ar «t» mai înalt şi subţire.

Hainele din materiale groase adaugă greutate în piu». În schimb, alege materiale precum bumbacul. LânA subţire şi 1 sintetice. Pe timpul iernii, alege pulovere din caşmtr, urat aproape la fel de călduroase ca şi lâna. I» că porţi acesta trebuie să fie din lână subţire. Nu purta telefonul sau gadget-uri la curea, creează iluzia unei talii mai late.

Un ultim sfat: nu purta dungi orizontale. Deoarece zona în care se acumulează cea mai multă grăsime la bărbaţi câte burta, un tricou cu dungi orizontale va atrage atenţia asupra acelei zone. Poţi, în schimb, să porţi dungi verticale, deoarece acestea forţează ochiul să

coboare pe verticală, alungindu-ţi silueta.

Cum să par mai solid?

Dacă ai o constituţie mai slăbuţă, evită să porţi aceeaşi culoare din cap până-n picioare; te va subţia şi mai tare. Poartă culori mai deschise, albul în special, pentru că acestea te vor face să pari mai solid. Evită dungile verticale deoarece te vor subţia şi mai tare.

Cum mă îmbrac în funcţie de dimensiunile gâtului?

Dacă ai gâtul scurt şi gros îţi recomand să alegi gulere mai oase, în formă de V (pentru a da senzaţia că ai un gât mai lung) *i* cravate în culori mai discrete. Nu merge pe cravate în culori ipătoare pentru a nu atrage privirea în zona gâtului

DavA.11 gâtul lung şi subţire înceatvA «Ut porţi gulere în Îi în Ilfv. Îmx» tv mai late şi trimuri ţtolo.

Cum mă îmbrac dacă sunt înalt sau slab?

Alege pe cât posibil pantaloni de lână. Bumbacul nu stă bine pe bărbaţii înalţi şi slabi. Deoarece ai picioarele subţiri, materiale gen bumbac vor forma enorm de multe pliuri şi vor arăta nasol.

Când vine vorba de paltoane şi jachete, acelaşi sfat: alege lâna. Hainele din bumbac sunt practic „umplute" de purtător iar. Dacă acest lucru nu se întâmplă, tind să se deformeze.

Blugii. Singura variantă viabilă este blugi cât mai lipiţi pe picior, dar să fie şi confortabili (aşa-numitul *slim fit*).

Dacă ar fi să-ţi dau nişte sfaturi de haine care ar merge, ţi-aş recomanda mărcile germane gen Adidas, Hugo Boss sau Puma. Motivul este acela că modelele lor tind să fie făcute mai mult pentru nemţi, aceştia fiind în general mai înalţi şi mai slabi, deci ai mai multe şanse să găseşti ceva care să-ţi vină bine. Îţi mai recomand: Mark and Spencer, Kenneth Cole, Acne, Nudie. Nu vei găsi toate mărcile în magazine dar, dacă mergi în străinătate, te poţi orienta.

ASORTAREA ŢINUTEI

Ceea ce e nostim când vine vorba de asortat e că multor oameni li se pare a fi un lucru banal. Nici nu se gândesc dimineaţa, doar pun nişte haine care lor le plac şi pleacă la lucru sau la şcoală. Singurul motiv pentru care sunt convinşi că arată bine e pentru că le plac hainele respective… luate separat! Dar, când ies în stradă, orice ochi critic (mai ales al femeilor) vede dezastruoasa combinaţie! Câteodată îmi vine să merg la ei şi să le spun…

Să mai adaug faptul că culorile sunt cel mai atrăgător element al unei ţinute când vine vorba de prima impresie.

Ca bărbat, trebuie să alegi culorile care te avantajează în! vincţie de complexitatea pielii tale.

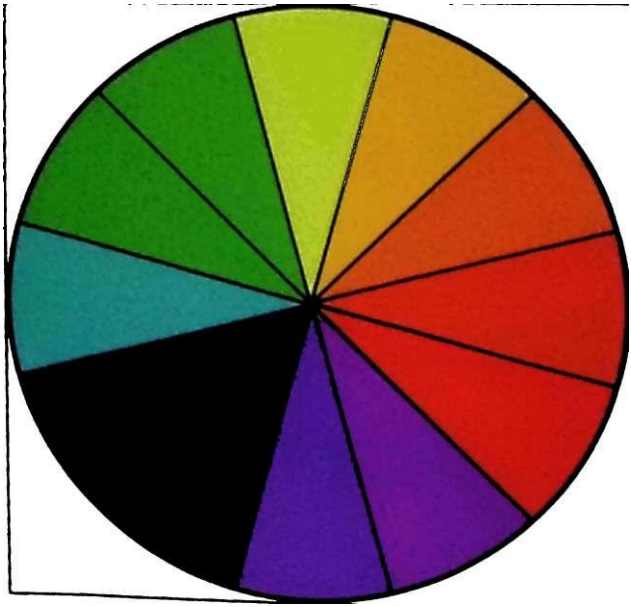
Unul dintre secretele stilului este acela că trebuie să îmbini în aşa fel hainele încât privirea celui care se uită la tine i „alunece" şi să se oprească asupra feţei tale. Asta înseamnă r. V el. Îi A te hotărăşti să porţi o ţinut A cane să contrasteze. Nwâiâitn ar trvhui să conţin* o nuanţă cât mai apropiat A tir cea n feţei cu.1 panilui.

Subiectul acest* este destul de complex, iar cea mai bună calc dr

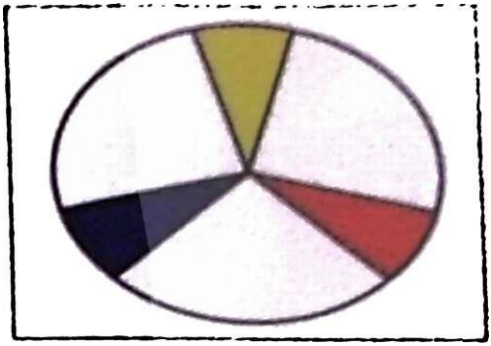
a înţelege aceste lucruri este să iu Am totul încetul cu încetul. Vom începe cu noţiunile de bnzil. Ne putem încurc dacă punem toate regulile pe tavă. Şi asta va îngreuna procesul de învăţare.

Voi încerca să condensez toată informaţia pe care o am în câteva pagini, pentru a-ţi da twa ce poţi aplica IMEDIAT. Cel mai bun punct de plecare este să ne reamintim nişte concepte pe care le-ai învăţat la ora de desen, când crai mic.

Trebuie să ştii care sunt culorile asociate unei alte culori şi cum se întăresc sau slăbesc una pe cealaltă. Odată ce înţelegi aceste relaţii, vei începe să vezi cum anumite culori se potrivesc una cu cealaltă. Nu e destul să potriveşti culori de aceeaşi nuanţă. IX* vine complicat: unele combinaţii plac instantaneu ochiului în timp ce altele nu merg deloc. Ştiu că lucrurile acestea nu ţi-au plăcut nici în clasa 4-a dar merită un mic efort.

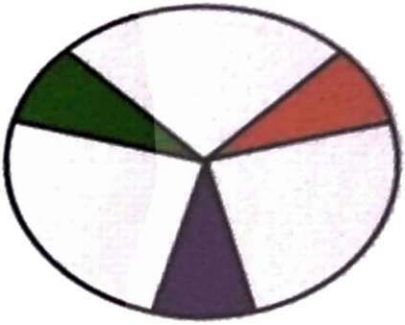


Kxintă Irri culori primarr. Nâhamni. Râu şi galben:



Prin amestecarea oricăror două culori primare, se obţine o culoare secundară.

PRIMARĂ PRIMARĂ» SECUNDARĂ



De exemplu:

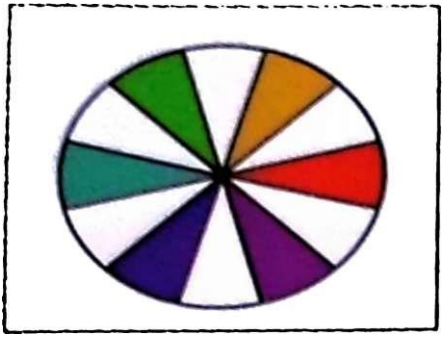
Albastru Galben Verde

Roşu Galben Portocaliu

SĂ pornim de la paiet* cu miori

Adăugarea ulterioară la aceste culori de luminozitate creează diferite nuanţe ale ei.

O viitoare triţiur* se form raz A atunci când «f amestevă culoare M vundarA cu o cultwire primarĂ adiacentă.



De exemplu:

Verde Albastru sau Galben Verde-Albastru sau Galben-albastru

Portocaliu Roşu sau Galben Roşu-Portocaliu sau Galben-portocaliu

Aşadar, paleta de culori conţine în total 12 culori: 3 primare. 3 secundare şi 6 terţiare. Ţinând cont de cele spuse mai sus, prin combinarea culorilor primare, precum şi prin ajustarea luminozităţii, se poate crea orice culoare din univers.

Culorile primare şi secundare care sunt alăturate în spectrul de culori se numesc analoage.

Culorile analoage ale galbenului: verde şi portocaliu:

Analoagele albastrului: verde şi violet:

Culorile analoagr *mrt* um-k vii ahric. Dar duhui aluno vantl sunt asortate având arrl-şi nivri fir lijminozitată.

Culorile primare şi secundare care «unt opuse se numesc

complementare.

Albastrul e complementar cu portocaliul.

Movul cu galbenul.

Roşul cu verdele.

Poţi să porţi una dintre aceste perechi pentru a ieşi în evidenţă (în afară de combinaţia roşu-verde, care nu poate merge decât în perioada sărbătorilor de iarnă). Ai grijă, totuşi: unele nuanţe nu merg cu altele.

Un caz aparte îl reprezintă albul şi negrul, denumite nonculori. Negrul reprezintă, practic, absenţa oricărei culori, în timp ce albul reprezintă toate culorile la un loc. Dacă m-am referit la alb sau la negru ca şi culori, am făcut-o doar pentru simplitatea exprimării.

Ai o piesă de îmbrăcăminte de o anumită culoare şi vrei să; ţii cu ce culori poţi să o asortezi? Iată o listă de culori şi cu ce se sortează fiecare. Deşi combinaţiile de culori sunt mult mai iniţe decât cele prezentate mai jos, nu le-am luat în calcul pe ele prea stridente.

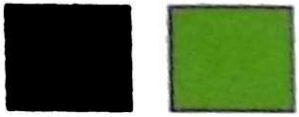
Vmsr – cu» lir tipuri tiw vinir, galben. Nr-nt m-am

Mim – alb. Alhwini

Mm – «În Negru, albastru. Galben

Rut – negru

Culori pe care să le eviţi: maro închis, verde aprins



Albastru – negru. Alb. Portocaliu

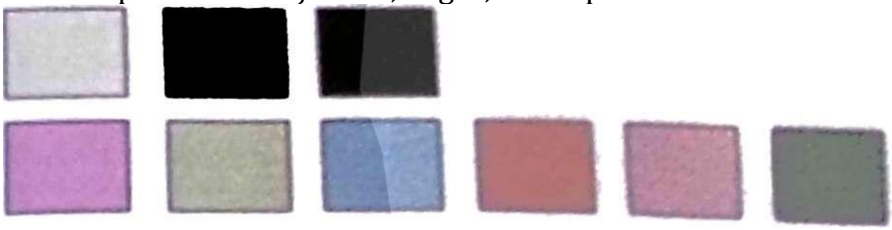
Culorile potrivite în funcţie de ten

Acestea fiind *risc*. Să trecem la lucruri mai practice. Anumite culori merg, bine cu anumite tipuri de piele. Să le luăm pe rând. Practic există trei mari categorii de complexităţi ale pielii: complexitate închisă, medie şi deschisă. Pentru fiecare s-a stabilit că unele culori merg bine, iar altele mai puţin.

Ten închis la culoare

Bărbaţii cu tenul închis la culoare tind să aibă părul şi ochii negri. Culori potrivite: roz, galben, albastru deschis, alb

Avantajul celor cu fern crmwpkmttwf mittvuU pot ar-ta re-onabil de Măr în majoritate* nk-nwc Wartrr contratează Wnr cu arewtea Colon potriofee: Nt jfttatm, negru, culori pale



Evită: maro închis, roşu

Ten normal

Ten deschis la coloare

Evită: roz, roşu, portocaliu

Culori potrivite: maro, albastru, bej

Aceste culori s-au dovedit a contraste foarte bine (în neral) cu tipurile de piele asociate. Asta nu înarmnnă că nu ar

HKit iruvtxi o ţinut A arr atât culori predominante că-l vulon tiiM mr – o culoare neirevmandată poate contrasta mi una dominantă pentru a crea o ţinută de seneraţie. Încearcă!

Alte sfaturi

Ţine minte că culorile analoage se asortează, dar ai grţfţ să aibă aceeaşi luminozitate.

Foloseşte culori complementare dacă vrei să ieşi în evidenţă. Arată nu numai că ai încredere de sine dar şi că ştii să te îmbraci. Făcând asta, îţi creezi o paletă bogată de culori.

Regulă de aur: e bine să nu porţi mai mult de trei culori pe tine la un moment dat. Alege maxim trei care să se potrivească între ele, altfel devine riscant.

Foloseşte culorile potrivite pentru culoarea şi nuanţa pielii tale. Încearcă mai multe culori şi vezi care palete ţi se potrivesc.

Dacă o culoare mai deschisă ţi se potriveşte de minune, foloseşte-o. Vei ieşi automat în evidenţă pentru că ochiul uman observă mult mai uşor culorile deschise decât cele închise.

e încearrA A eviţi urmă cm e ssirâtâr rilttriuw», S" galbtm. Din nou, inA refer la culorir predominante alt ţinutri, nu Im celr rurr agwr sporadic Hi ea.

Ţinula monocrimiatk-A ensgurA. Te-tuşi încearcă să porţi măcar nuanţe ale aceleaşi culori, şi nu a o (Mi cokurt din cap pânín picioare, e

Nuanţele mai de-vhi-e şi mai închine de aceeaşi culoare adeseori arăt A bine Împreună. Formând un efect monocnimatic.

Iată câteva exemple de culori care merg bine Împreună:

Roz cu negru, nuanţe de gri sau cu alb

Mov cu alb sau cu negru.

Câteva cuvinte despre ţinutele neutre

Dacă eşti îmbrăcat, de exemplu, în negru complet, asta te va face să pari mai slab decât eşti în realitate. Iar dacă eşti deja slăbuţ, nu e în avantajul tău.

Dungile. Dacă eşti înalt şi slăbuţ, vei arăta foarte bine în dungi orizontale, care te vor face să pari mai sotkL Dacă eşti mai mic de înălţime, atunci vei părea mai înalt dacă vei purta dungi verticale.

Încă ceva: în afară de cazul în care ştii foarte bine ce faci vită să porţi pantaloni coloraţi. Devreme ce pantalonii sunt undaţia ţinutei, trebuie să iasă mai puţin în evidenţă. Mergi pe antaloni de culori neutre.

Deci ţine minte aceste sfaturi de fiecare dată când te ibraci şi începe să lucrezi la acest aspect la asortării chiar im!

CXINCKPTUL 1K *ijkykrt. NeS*

Sr poate spune că Umngul cine unul din în acele lin nici van* separă bărbatul obişnuităecel oare an* într-adevăr fit îi. y scurt. O o metodă de a combina hainele „în straturi". Se fopse ţ. Mai mult în situaţii informate, acolo unde combinaţiile sunt nelimitate.

Iertând haine alese vu grijă unele peste altele, poţi crea un look can* să te scoată garantat 100 în evidenţă. Ştiu asta penâni că aplic acest concept de mult timp şi sunt extrem de mulţumit. Cel de la doilea avantaj al /ayrrincyului este acela că poţi da senzaţia că ai o garderobă mult mai vastă deefit în realitate.

Iată un exemplu concret de *layering*: cămaşă albă cu dungi, vestă albă cu puţin negni peste şi cravată *casual* albastră cu dungi.

Pentru a crea un layering de efect, trebuie să ţinem minte câteva lucruri.

În primul rând, hainele groase vin deasupra. De fapt aceasta

este o regulă generală când vine vorba de vestimentaţie. Poartă hainele subţiri mai aproape de piele decât cele groase.

În al doilea rând, hainele trebuie să se complementeze unele pe altele. Asta înseamnă că două straturi „vecine" nu ar trebui să fie exact la fel (altfel nu şi-ar mai avea rostul, pentru că ar forma practic un singur strat).

Laveringul se practică cu precădere în perioadele răcoroase ale anului, când straturile în plus de haine ţin de cald. Vara este mai greu însă atunci te poţi folosi de accesorii pentru a crea o ţinută interesantă.

Hai să vedem acum câteva exemple de ţinute de layering concrete. Îţi vei da seama mult mai bine de elementele care pot forma un layering care să atragă priviri.

Ţinuta următoare arată un exemplu clasic de layering:

Prinuk» ni cafenii

Puuâvrf mbihrt»

rimiM nihi

Cruvul A exi»*ual nfmfârA*

Curea maro

CĂmaşA, cravată şi un pubivrr. Nu ai rxvow de mai mult pentru a ieşi în evident*, Vn wmphi perfet. T dr atenţie la detalii.

SĂ comentttm în continuare o ţinută care poete părea formal A dar este cât se poate de *oasuat*. Deşi poate pă rea că vesta nu se asortează cu cămaşa, acesta se potriveşte cu pălăria. Observă cum cravata maro repet* cu V ta rea de pe cămaşă pentru a o scoate în evidenţa.

Layering-vi\ este doar pentru ţinute de zi cu zi. Deşi se poate spune că şi la ţinutele formale, cu o vestă, o cămaşă, o cravată şi un sacou ai făcut *layering*, nu este aşa. Ţinutele formale au nişte reguli mai stricte iar piesele vestimentare precum şi modul de combinare este limitat. Layeringul a apărut din nevoia de exprimare în situaţii *casual*.

ţinute concrktk comentate

Toate informaţiile dr pană acum din carte sunt de priso* fkrât să prezint ţinute concrete în vâre să vKZI ce înseamnă să te îmbraci cu stil. Am inclus poze detaliate în fiecare capitol însă au avut menirea doar de a ilustra câte un articol de îmbrăcăminte.

Urmează o secţiune unde mă voi ocupa exclusiv de ţinute complete, pe care le voi comenta. Iat-o pe prima.

Ţinuta din imagine se remarcă prin faptul că este formată în întregime din alb. Albul iese foarte bine în evidenţă însă o asemenea ţinută este recomandată doar celor cu o personalitate puternică. Observă cum cămaşa este descheiată la primii doi nasturi.

Un alt lucru pe care vreau să îl observi este faptul că bărbatul din imagine nu poartă blugi. Blugii, deşi arată bine pe oricine, sunt omniprezenţi. În căutarea propriului stil e posibil să descoperi că pantalonii ţi s-ar potrivi mult mai bine decât o pereche de blugi.

Viiiti tfii IUI v 4, 1 a M
1 r „«*iar* e» – mai „de
«ul rr – miro Nrial «f fifi» „xartant.
linull-lur» la în tă mm o twtt-vh «V

— U» i ar p (Mtr awrt-l* ni tsf» tricou m4 o. V! n fwmmt «irf apare în piu*» tf vurehiia. Prurtic. ar mrrrp pe eln-a tuuirt. Alb şi alhmtru. Piu* puţin negru la curea. Nu e la W «te îndrarneaţ* e ţinuta precedentă însă an» foarte mult stil.

Obacrv* cum catarama curelei este ecnasă fă vedere. Peşi partea inferioară a manechinului nu se vede în poză, hainele de mai sus ar merge atât cu o pereche de pantofi negri (care să se asorteze cu cureaua) cât şi cu tenişi sau adidaşi fie negri fie alb cu negru, fie alb cu albastru.

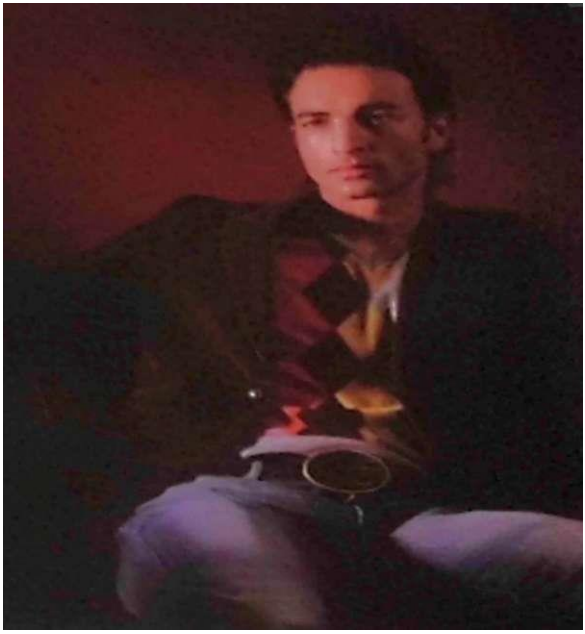
O asemenea ţinută ar merge cu accesorii argintii, o brăţară, un inel sau chiar o eşarfă gri (în zilele puţin mai răcoroase; da, se poate eşarfă la tricou cu mânecă scurtă, atâta timp cât nu o înfăşori foarte strâns pentru a nu muri de *cald*). Accesoriile aurii sau din aur nu ar merge cu această ţinută. Mai poţi adăuga o pereche de ochelari de soare cu lentile negre, îi poţi lua chiar şi spre seară atâta timp cât îi agăţi de tricou.

Dacă e răcoare poţi purta peste o *jachetă neagră de piele*.

Aceasta s-ar asorta cu cureaua şi pantofii. *Bineînţeles*, ar merge şi o jachetă albă la fel de bine.

Te-ai financlit vi nex a puri a teniei vu sacou?! n lunifi ţinutelor *trtisuai*. Se poate! Tenişii Msorteeră cu blujtM prin albastru iar sacoul se «sortea/JI cu cămaşa (aceasta fiind şi că de un maro mai deschis).

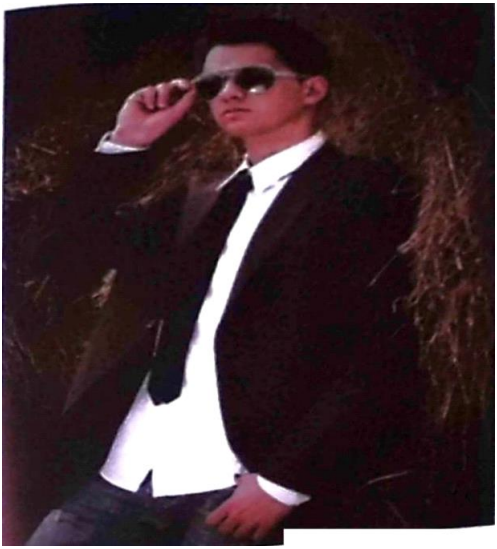
Trebuie să observăm faptul că, în a far A de sacou, ţinuta este una destul de ieftină: tenişi obişnuiţi, blugi simpli şi o cămaşă la fel de simplă.



Această ţinută se bazează, la fel cu cea de mai sus, pe un sacou sport maro şi blugi, însă cămaşa a fost înlocuită cu un pulover. Practic romburile de pe acest pulover adaugă o pată de culoare prin acel roşu şi galben, însă una foarte subtilă. Culorile aprinse trebuie folosite cu foarte mare atenţie.

Ut A o ţinută pe care. Ilară ar o o „dr/hffârâm" cvr flawciril, nu ar spune abnolut nimic. CAma-a rate ele un alb simplu.

Avem de-a face cu trei

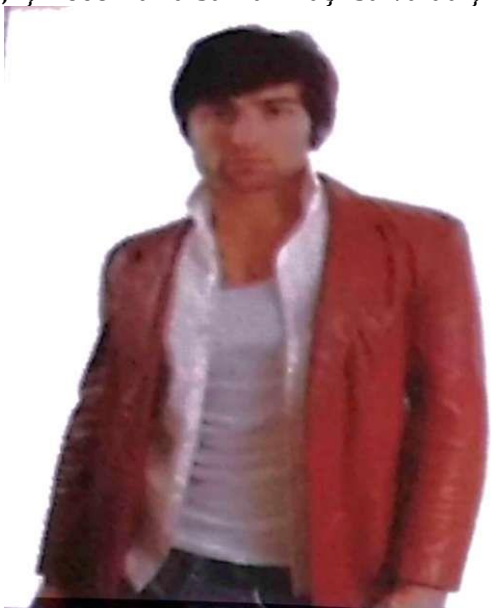


accesorii: o şapcă, o cravată cosua/ (subţire) şi nişte bretele. În esuzA r* ţimsta e-l «– supraaccesorizatawv nu mai are nevoie de altceva. De fapt, dacă s-ar mai adăuga o alt* culoare, probabil că ar strica totul – fi nu la de mai sus merge cu o pereche de pantaloni negri au blugi şi nişte pantofi *casual* negri.

Să păstrăm cravata şi cămaşa albă de mai sus, hiâm sacoul maro din ţinutele precedente şi perechea de blugi. Mai adăugăm o pereche de ochelari şi… avem o ţinută complet nouă!

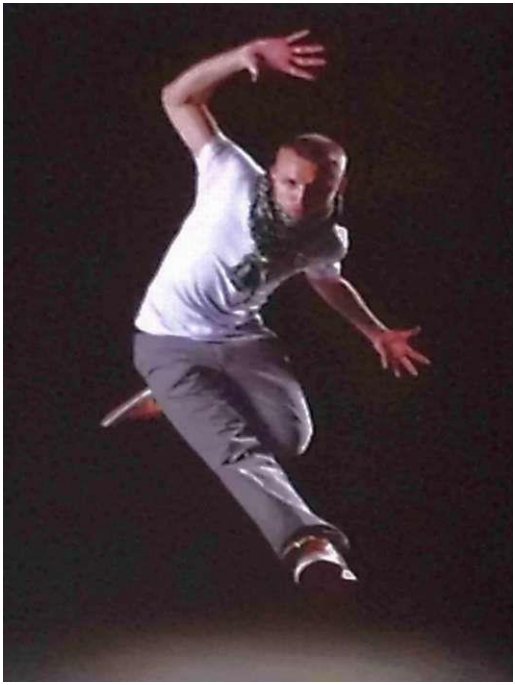
Ideea este următoarea: dacă îţi alegi bine hainele şi dacă eşti dispus să investeşti ceva în plus în accesorii poţi crea iluzia că ai o grămadă de ţinute prin simplu fapt că le combini între ele. Lumea va crede că ai ZECI sau chiar SUTE de ţinute în dulap!

Al o rhf-ta de plrif m-am şi nu ştii cum – e amirtf/i? Răspunsul într simplii: mrrgi pe alb. () cămaşa niba simplă e destul iar. Dac A e frig. Poţi purta un maiou pe dedesubt. Maiourile nu sunt nici pe departe demodate, sunt chiar foarte practice pentru zilele friguroase. Totuşi, îţi recomand să nu îl laşi să vă da ţinând cămaşa



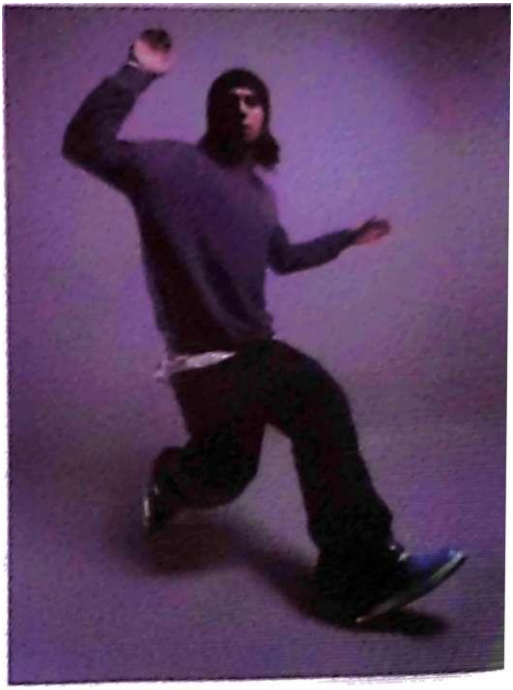
fi bine ca gulerul să nu fie ridicat.

descheiată ca tipul din imagine decât dacă eşti foarte sigur pe tine. De asemenea ar



Urmează o ţinută care ilustrează conceptul de „gradient”. Practic, băiatul e îmbrăcat din cap până-n picioare în gri, în diferite nuanţe. Singura pată de culoare este în tenişi, însă şi aceştia au gri pe ei. Datorită faptului că este 99 monocromatică, această ţinută are o anumită armonie şi continuitate în ea, ce nu se regăseşte la celelalte ţinute prezentate până acum.

I» a rin a «t» uumr mai o tţin «omur şi i, frv A nu r „îşi în b-i A. A (Mfvjr o Wi unui



rik J care urmei cu*A. dâra unul pe rifjini. Negru inaeamnA risa A fi; iortoa/A cu Practic, orice culoare! acă U ţinuta de mai sus îi pl, rta Pantaloni şi pantofi negri, privirea ar fi atraa! inevitabil spre f «n civ verdele aprins.

Iată şi o ţinută hip-hop. Ska mers pe nuanţe de albastru y violet, acestea fiind analoage pe paleta de culori. S foarte subtil, se observă puţin pe şireturi şi pe tricoul care iese din pantaloni.

Deşi blugii sunt clar foarte largi, trebuie să ţinem cont că stilul *slim-fit*, adică acela ce are ca regulă faptul că hainele trebuie să vină bine pe corp poate fi încălcat. Stilul hip-hop nu poate fi contestat deci, dacă eşti fânul genului, e ok să încarci unele reguli.

Îmbracă-te cu stil pk bani puţini

IV gândeşti să economiseşti ceva hani?

Cumpărăturile pot fi. Mai ales pentru bărbaţi, un coşmar. Nu ne place să petrecem timp făcându-le – mai bine bem o bere sau ne uităm la un meci. Dacă suma de care dispunem este fixă, atunci cum putem să o folosim pentru a ne lua hainele care să ne avantajeze pe termen lung?

Trebuie doar să ştii de unde să porneşti şi să ţii minte câteva lucruri pentru pe care să le aplici când te mai duci la cumpărături. Poţi arăta de milioane fără să depui un efort mare.

Am cules pentru tine cele mai bune sfaturi care îţi vor uşura misiunea de a te îmbrăca cu stil. Iată-le:

1. Fd-ţi un buget

Acesta este primul lucru pe care trebuie să îl faci. Un buget stabilit de dinainte te va asigura că nu vei cheltui mai mult decât e nevoie şi te va face să te gândeşti de două ori înainte să achiziţionezi un produs.

2. Mergi pe clasic

Din fericire, bărbaţii pot să poarte ceva vechi de câţiva ani, care să nu îşi arate vechimea, deoarece mare majoritate a hainelor pentru bărbaţi au un stil clasic. Umple-ţi garderoba cu produse de primă necesitate în locul celor *trendy*.

Uţă cât ev* iriktiW vwsttswmtbrw dr garderoba «ihrfârui hirhtl

CĂmaşA ilhA

O pereche de blugi închis* Îs culotit fi uns di culoare

Costum negru în Curea neagră

Pardesiu

Palton

Hanorac cu fermoar e Pantofi clasici e Tricou alb

Tricou cu guler e Cravate

Ochelari de soare

Ceas

Poţi crea foarte multe combinaţii de ţinute doar aprovizionându-te cu articolele vestimentare de bază şi amestecându-le între ele. De exemplu, poţi purta un tricou cu guler colorat sub sacoul sport, cu blugi negri şi pantofi clasici. Mai poţi purta o cămaşă albă sub un hanorac cu fermoar cu o pereche de blugi şi adidaşi. Nu amesteca haine de culori apropiate tot timpul, dimpotrivă: încearcă să creezi contraste în ţinutele tale.

3 Cumpără doar de ce ai nevoie

Ştiu că îţi sună cunoscut, dar când începi să îţi cumperi îne la reducere, vei cădea în capcana de a-ţi dori A-V rz cumpen lucruri mai multe Vei avva iluzia că economiseşti huni, dur în militaie 1111 o

Chiar dacă cheltui o mie de lei Pe un tricou, sau îţi cumperi douăzeci de tricouri la un preţ de cincizeci de lei. Suma pe care o cheltui este aceeaşi.

Întreabă-te dacă chiar ai nevoie de ceea ce xrci să îţi cumperi. Ai fi cumpărat chiar dacă nu era de vânzare? Alege calitatea nu cantitatea.

Aşteaptă reducerile

Încearcă să afli programul reducerilor magazinelor tale favorite.

Împrieteneşte-te cu vânzătorii – ei ştiu ce e disponibil» când va

fi scos la vânzare, şi îţi pot păstra produsele pentru o perioadă de timp, în caz că eşti nehotărât. Tot ce ai de făcut este să ceri informaţii. Abonează-te la baza lor de date pentru a putea fi informat când apar produse noi şi când se fac reduceri.

4. Fă cumpărături în afara sezonului.

Fă-ţi un obicei de a cumpăra în afara sezonului. Probabil nu vrei să te gândeşti la pulovere şi bocanci în mijlocul luni iulie, dar atunci vei realiza că vei face economii mari.

Magazinele de haine fac reduceri înainte să se termine sezonul. Ei încep să facă aprovizionări pentru sezonul următor cu o lună înainte. Asta îţi dă şansa de a-ţi cumpăra haine ieftine grozave.

5. Fă o vizită la cel mai apropiat outlet din oraş

Dacă încă nu ştii, un *outlet* este un magazin care vinde haine noi, din sezoanele trecute, la preţuri cu până la 70 mai mici. Olmşt» Oft me* epropurt *aut Ut* e*ân* I»

cump-râturi cu prietenii e-u Umili.

Unde ce thwif acaste ouflef-uri? În Bucureşti, unei diatif ele se afli în West Per* Mittteri. Pe AulmtrmU Al. Kiwmwtrol 13. Mai gâaeşti tot Io acest ora* Hi. Roaarâmil Bucur Obor (*Outlet* Bigoţii), în apropierea podului Otopeni (Outlet dki lângă liceul Gheorghe gineai, la gura metroului Tineretului. În Cluj gâtaeşti un ouf/el în *rrmm* pieţei Matei Corrin.

6. Cumpără şamte şi *forţierfe de* corp mai ieftină

Economiseşte bani pentru articole care. În preţul lor. Comunică sau arată calitate. Gândeşte-te la faptul că atunci când e vorba de lenjerie de corp, şosete, tricouri colorate, sau chiar curele, le poţi găsi foarte ieftin şi nimeni nu va observa diferenţa. Vei rămâne surprins de ceea ce poţi g-şi io magazine la preţuri rezonabile.

7. Cumpără online

*Shopp*ingul online este una dintre cele mai bune şi rapide metode de a face cumpărături, deoarece se poate face stând acasă. Ca bărbaţi, nu ne place să pierdem ore în şir prin magazine încercând zeci de haine. Internetul rezonri această problemă pentru că avem sote de

articole la câtevi *cli*ckuri distanţă unele de celelalte. Singurul dezavantaj e ci mi poţi încerca produsul înainte, dar ar fi nemaipomenit dacă ţi-ai şti mărimea exactă, precum şi dacă ai posibilitatea *de* a retnraa produsul înapoi.

O cale bună pentru a cumpăra online este de a încerca mai întâi produsele într-un magazin de haine pentru a vedea ce mărime îţi stă cel mai bine. *Apoi nu* trebuie decât să *îţi* cânţi articolul cu *acelaşi* număr *pe net*. De-acum *înainte*, când *vei*: *auta produsul pe* Internet *la* un preţ *mai* mic, *vei axea certitudinea că ţi se potrix-eşte*. Fofosvştr acvrsorti pentru a vrea ţinute diferite

H. Irită-te la cei din jur cane se *înferocă* bine

Fă notiţe mentale în momentul în care vezi un articol care îţi atrage atenţia. Poţi chiar să întrebi persoana respectivă de unde l-a luat. Evită să întrebi totuşi cât a costat. E nepoliticos ţi vei afla oricum la faţa locului.

Odată ce ai vestimentaţia clasică în garderobă, poţi crea o grămadă de ţinute o dată ce intri în posesia unor accesorii. În loc să-ţi cumperi cămăşi noi, cumpără-ţi nişte cravate şi vei avea o grămadă de combinaţii noi. Doar prin faptul că ţi-ai achiziţionat o pălărie nouă sau o eşarfă îţi poţi crea o ţinută nouă cu acelaşi tricou şi aceeaşi pereche de pantaloni. În plus, preţul unui accesoriu poate fi mai mic decât al multor articole de îmbrăcăminte.

9. Schimb de haine

Un obicei mai puţin practicat dar care poate da rezultate interesante. Stabileşte o întâlnire cu familia sau prietenii apropiaţi şi fă schimb de haine sau de accesorii pe care nu le-au purtat niciodată, sau s-au plictisit de ele după ce le-au purtat de câteva ori. Dacă prietenii tăi au gusturi bune la haine şi nu te deranjează că le-au purtat, asta poate fi o cale inedită de a intra în posesia unor lucruri extraordinare.

10. Fă o listă în momentul când ieşi pe uşă trebuie să ştii exact ce vrei să cumperi şi câţi bani vrei să cheltui. Nu depăşi bugetul chiar dacă vezi ceva tentant. Hainele înseamnă mult dar nu sunt totul.

Kd *notiţm mmtar amat prea* feolnalor *pe le* cumperi „(urmareţir

le mwufia preţurilor

Magazinele aaahoază clienţii eu iwiwjrt ««Pe* Jon-i chiar până la 5 că. Trrwuie doar fă cH iirfmiiil NI «onomW sute de lei astfel.

12. Înainte *şti cumpert*, pune-ţi întotdeauna întrebarea aceasta: se potriveşte cu ce *om ci e în* garderobă? K absolut necesar să cumpăr? Cu *câte haine doi* garderoba mea se potriveşte?

13. Încearcă combinaţii noi de hatne cu ceh pe care deja le ai.

Nu te grăbi să îţi arunci toate hainele la coş. Eu, de exemplu, am reuşit să găsesc trei combinaţii noi în ultima lună, folosindu-mă de tricourile şi cămăşile mai vechi pe care le aveam.

Cum aleg hainele?

De fiecare dată când ieşi la cumpărături şi *vezi* ceva ce-ţi face *probează* şi gândeşte-te dacă se potriveşte cu hainele din arderoba ta. E la *fel de important să ţi se potrivească stilului* pe tre' vrei să-l *adopţi*.

Dacă nu se asortează cu nimic din garderoba ta, atvnd altă acel produs deoarece achiziţionarea lui te va *feee fe U* ruperi şi altele articole vestimentare, ceea ce va îni mulţi ham rhrttutti Nu jotleva un! timphi prodh* rât ext A îi dup* cât dr Nnr a rât» pe tine iiimmiil cu cheiahe haine pe rarr în poanri

Haine pe masurfl

Nu vei găsi tot timpul ceva pe măsura taaşa ci ce ai de Acut este să îţi cauţi cea mai bun* măsură posibilă (mai mare decât măsura ta) şi o duci la croitor la modificat (scurtată acolo unde e cazul). Este mai bine să-ţi cumperi un articol vestimentar mai ieftin să ţi se potrivească de minune decât să-ţi cumperi ceva mai scump şi să-ţi fie mai mare.

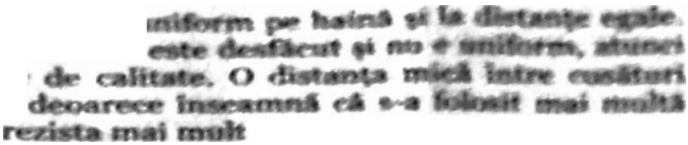
Detalii şi iar detalii

Detaliile hainelor vorbesc cel mai mult despre tine. Acestea pot spune dacă porţi haine scumpe şi de calitate, şi cât de bine ştii să le scoţi în evidenţă. Cele mai importante sunt nasturir imprimeul şi croiul.

Prin felul în care sunt executate găurile pentru nasturi şi materialul din care sunt făcuţi, poţi spune multe despre o haină. Găurile în material trebuie să fie făcute cu bun gust iar nasturii să fie

uşor de încheiat şi descheiat. Verifică, de asemenea, şi distanţele dintre nasturi ca acestea să fie egale.

Nasturii de calitate sunt confecţionaţi din materiale ca lemnul, alamă sau fildeşul, dar cei din plastic sunt cei mai comuni. Dacă nasturii sunt o imitaţie de metal şi sunt făcuţi din plastic atunci nu este un semn bun. Când îţi cumperi o cămaşă* verifică ca aceasta să aibă nasturii de asemănători unei perle, pentru a-i da acesteia un aspect mai elegant.


uniform pe haină şi la distanţe egale.
este desfăcut şi nu e uniform, atunci
de calitate. O distanţa mică între cusături
deoarece înseamnă că s-a folosit mai multă
rezista mai mult

timp material şi.

Verific* cântol fie! cairtvnr în car* crvmst ucra haini nu nu este un semn bun aţă iar aceasta va fermoarele de Aer ssmt dungi «unt

Dacă vezi ră aţa im din desface materialul, atunci nu

Să nu uităm faptul că bune decât cele de plastic.

Concluzii

Sunt o mulţime de modalităţi prin care HI poţi cowtfui propriul tău stil şi. Să eviţi tentaţia de a merge de la cumpărături. Nu uita: câteva lucruri de calitate sunt mai bune decât o garderobă plină de lucruri de calitate protestă. Începe fundaţia garderobei tale cu elementele clasice fi încetul cu încetul îţi adaugi accesorii noi de calitate buni.

Nu este nevoie ca fiecare element dintr-o ţinută să coste mult. De exemplu, poţi purta o pereche extraordinară de pantofi t «ire-ţi plac cu un tricou simplu şi blugi. Pantofii vor fi atracţiat mitei tale şi vor arăta femeilor că ai stil. Totul coastă înenţinerea unui balans între a încerca prea tare fi a nu încerca loc.

CAPITOL AL UNSPREZECELEA: ATITUDINE ŞI STIL

Hun, ţi-oi schimbat garderoba. Eşti pregătit să (ţi *porff* primele haine cumpărate folosindu-te de acest ghid. Puţin speriat şi entuziasmat. Te uiţi în oglindă de zece ori pentru a te asigura că arăţi bine. Deja anticipezi ironiile cunoscuţilor când te vor vedea. Dar eşti sigur pe această schimbare – ai făcut o investiţie şi (i-ai promis că te vei schimba. Nu mai poţi da înapoi.

Acest capitol se vrea a fi ca un manual de utilizare al hainelor. Nu e destul să le pui pe tine şi să ieşi în lume, vei fi luat la ţintă mai mult ca sigur. Mai ales de colegi, rude şi prieteni. Trebuie să ai atitudinea necesară purtării hainelor. Pentru că o tyersoană care se îmbracă cu stil are anumite trăsături comportamentale. E congruent. Atât hainele cât şi comportamentul trebuie să spună acelaşi lucru despre persoana ta.

Vei înţelege cel mai bine ce vreau să spun printr-un exemplu. Cu toţii am auzit de Cristofor Columb. În perioada când încerca să găsească finanţare pentru călătoriile sale, mulţi credeau că el se trage dintr-o familie nobilă, din aristocraţia italiană. Această idee a fost chiar imortalizată în scris după moarte de către fiul său*f* care a spus că tatăl său este descendentul contelui Colombo al castelului Cuccaro din Monţferrrat, nordul Italiei. Alţii au spus despre Columb că ar fi descendentul legendarului general roman Colonius. Nimic mai fals. Columb era fiul unui ţesător umil pe nume Domenico Colombo care nu avea strop de sânge nobil în el.

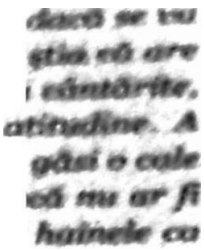
Atunci

Răspuns comporta *na ntr* hmjaţi, în /*V* mnmpemt camokk I un în aparte *dr o w* în «*ră*, *o* graţie. *Vur-ar i-x-o* fermă dar, mai ales. Axma e» *a*» *fi*» *wuia fi ickw* fermă clar. Mai alen –

Încercat în repetate rânduri să îl ffwd liant pef-tţ a mai scurta prr India, şi, unte-u fi n-ai, a *nwffr*. *1”* «*nail* atitudinea *or*lor baraţi, mersul «*tor fi d*/*f* lor, *nu cir*/*î* reuşit nicittdată tainiţa de la Cotumb… Odată ce ai hainele care îţi tyersonalitatea şi ceea ce vrei să fii, comportă te ea ţi «în r /i pr*ed*estinat să fii un m*ar*e hjec*t*» *în* t-Kz*f*d *tfac*ă eşti ba costum, (inc *spa*tele drept, priiarea înainte şi marheşte

elegant, pa că eşti îmbrăcat în culori ţipătoare (cum mo/ /*ar şi* eu câteodată), fii mai vorbăreţ, moi *opt*imist, sămbeşte mai mult. Xi că porţi ochelari de st hi re. O atitudine de uşoară superioritate s-ar potrivi de minune. Oamenii vor presupune oricum că tu te comporţi în concordanţă cu haine pe care le ai. Pe ce să îi dezamăgeşti?

Nu uita că indicaţiile de mai sus trebuie luate la un nivel mai superficial. Nu trebuie să mergi la extrem cu comportamentul. De fapt, îţi recomand să nu fii niciodată la extreme. Chiar dacă adopţi o atitudine cool sau superioară, nu uita că oamenii vor să aibă parteneri de conversaţie deschişi, să fie plăcuţi şi apreciaţi. Deoarece noile tale haine îţi corţfără un anumit statut social, este de datoria ta să conduci conversaţiile şi să faci oamenii din jur să se simtă bine.



Ţine minte: puterea atrage după sine responsabilitate!

CUM SĂ DEVII UN MAESTRU ÎN STIL

Cum ajunge cineva, pornind de la a fi vânzător într-un magazin mic de haine, la o mega celebritate în domeniul model?

Pentru Marfe Jacobe. Secretul a constat în abordare. A pornit de la a fi un designer mic ascuns în camera de desen la un tip frumos şi sociabil, tot timpul în preajma celebrităţilor. Devreme ce citeşti această carte, probabil vrei şi tu să îţi schimbi stilul, dar cum să ajungi acolo ca Mare Jacobs?

Călătoria lui Mare a început în momentul când a decis să schimbe ceva în viaţa lui. Totul începe cu o decizie. Apoi, a făcut ceva în fiecare zi, fără excepţie, pentru a obţine succesul. De exemplu, s-a

apucat de sală, şi-a angajat un antrenor personal pentru asta. Apoi a început să meargă la stilist o dată pe săptămână. Din când în când, îşi adăuga câte o haină nouă în ţinută pentru a-şi completa garderoba.

Când iei o decizie să îţi cultivi stilul (sau orice altceva în viaţă), trebuie să accepţi că e o călătorie fără sfârşit către perfecţiune. Când spun fără sfârşit, înseamnă că nu se sfârşeşte. Poate doar când vei muri.

Când ne hotărâm, în sfârşit, să alegem o cale, ne punem ţeluri de-a lungul ei pentru a ne putea măsura progresul. Dar, curând devenim atraşi prea tare de ceea ce ne aşteaptă la capătul călătoriei. Rezultatul final. Adevărul e că nu există o linie de sosire. Cel puţin, nu pentru cei care vor să crească la nesfârşit. De ce? Pentru că lumea de azi e în continuă mişcare. Dacă nu te mişti cel puţin la fel de repede că ea, înseamnă că rămâi în urmă.

Să nu cazi în capcana de a crede că eşti un succes doar dacă îţi atingi ţelul final. Cineva spunea că, dacă eşti pornit pe calea ta, eşti deja un succes.

Unul Uruiţi iiliirr w nlW –

«fin atergot timp cmnr!

Rrrullatrir eunt impext-tise W mi «wr* V".

durata ralmnrkri.

Secretul pentru «drvr «t ssn limfiM1

Indiferent elf a-pe «tut din viaţ* ta U rws vrei a Itsrreri, fW» cât e vorba de felul cum te îmbracr (W entităţii*! vv/jaal «(c4 ul rum mergi sau atitudinea şi personalitatea, impiiflâfit A îţi faci un obicei de a lucra la ele în mod conutent.

Majoritatea oamenilor vor k re/olwun etnnur awpect şi vieţii lor, iar apoi hA Îşi vadă de viaţa Vir. Tşă concentrează eforturile pe o perioadă scurt A de timp şi, odată ce mi sjom la un nivel superior, încetează A le mai par dacă mr f/peene, lui mai sunt pe drumul lor spre auccea…

Singurii „maeştrii" sunt cei care e văd tot timpul ca fiind nişte studenţi.

Cu toţii am trecut prin asta. Renunţăm A Iticram la ceva odată ce am atins un succes de proxrţii mai mici şi, din cauză că ne oprim, revenim la vechile noastre obiceiuri.

Sunt părţi din viaţa ta în care te-ai oprit din a exersa?

Poate e un instrument la care nu mai cânţi". poate ai încetat să mai ieşi şi să cunoşti oameni noi. Poate ai renunţat să joci *fotbal*, sau să mergi la sală.

Dacă ai renunţat vreodată să mai mergi la saia, ştii că, odată ce *s-a strecurat* lenea, lucrurile nu pot decât *să se* înrăutăţească. Începi să te îngraşi *sau să pierzi* din masă în usculară *şi*, concomitent, pierzi din motivaţie. Apoi începi din no *i s-a* mănânci fast food şi să te uiţi la TV toată *ziua*. *Toate efr tu* iile tale de până în acel moment au fost fără sens.

În mod *evident*, *un lucru foarte mic*, cum ar fi pocnite! din te poate fi învăţat, iar apoi *nu mai e nevoie să îl*

Ilar v. Mti vinv vorba dr lucruri mai mari în viaţă vizavi de rare ţi-ai setatnttr standarde. Nu ar trebui să existe limite.

SĂ credem că suntem „destul de bunr nu e destul. Vum putem şti care ne sunt limitele şi potenţialul dacă nu îndrăznim să ne apropiem de ele?

Ceea ce ne separA dr toţi ceilalţi tipi este cât timp stai pe calea ta spre succes.

Mulţi dintre voi, cei care ales să citiţi această carte, căutaţi să deveniţi mai buni cu femeile. Ui acest capitol, e foarte uşor să ai mentalitatea de a obţine un rezultat. Când urmărim ceva, asta ne seacă de energie. Trebuie să ne placă jocul de a deveni mai buni cu femeile în general, decât să obţinem sex doar pentru validare.

Iată un exemplu de om pe care mulţi îl consideră un maestru: Lance Armstrong. Dar singurul motiv pentru care e maestru e pentru că îi place ce face şi nu o face pentru victorii. A câştiga e doar rezultatul pasiunii lui. E un maestru pentru că îi place ceea ce face şi nu o face pentru victorii.

Cum să rămâi fidel ţelurilor tale

Iată câteva sfaturi pentru a te menţine motivat, pe drumul tău spre succes.

Înconjoară-te de oamenii potriviţi

Cu toţii am mai auzit asta. Adevărul e că una dintre cele mai bune metode să îţi cultivi un *skill* nou este aceea de a te înconjura cu oameni care au ales acelaşi drum cu al tău. Când vine vorba de imagine, uită-te în jurul tău. Au prietenii tăi caracteristicile pe care ai vrea să le ai şi tu?

Se apune *vA* egti media prietenilor 1" O l e ţi» * * ** * * Oi cu r «rf phrremi cm mai mare parte «Im timpul rwtetns infiuvnţea/JI gândurile, iar wwtea nr. influent**" Wul rum acţionăm. Acestea «diuimiu muhjtrif pe rarr fK ecsrm în viaţa noamr/l. Ahnorhim vabirtte şi pertmr ctrr din jurul nostru ră un burate». Pe aceea r Frântre împrsnant că telncrm) rsci de oameni pe care îl respecţi şi admiri. Acrâtâtwimeni îţi fi mentori şi prin cărţi, Clvuri, nu trebuie neapărat A fir n viaţă astăzi. Pe exemplu, unul dintre oamenii care 711.1 influenţat foarte mult e Henry Ford. Fondatorul Ford Motor Company, a cărui bibliografie am citit-o ca un faruitic.

Când te înconjori cu oameni care te pot ajuta pe calea Ui spre succes ei te vor motiva fi dai tot ce ai mai bun din tine. Astfel vei atrage şi mai mulţi oameni care împărtăşesc ideile tale, făcându-tesă creşti şi mai mult. Efectul se aaeamân* cu cel al bulgărelui de zăpadă care se tot măreşte în timp ce coboară vertiginos de pe munte.

Motivare prin imagini

Foloseşte-tede capacitatea creierului tău de a se reţine imagini. Fă-ţi abonamente la reviste dedicate exclusiv bărbaţilor şi decupează pozele cu oamenii cu care vrei să teasemeni. Dacă vezi pe Internet ceva ce îţi place, listează-L Indiferent că e o femeie care îţi place, un bărbat care se îmbracă bine etc. Uitându-te la aceste poze în fiecare zi, te vei uita la tine şi vei vedea dacă eşti sau nu pe drumul cel bun, pe drumul spre succes.

Am un prieten care are două postere în camera lui. Unul ni Rocky Balboa, altul cu o picătură care tocmai loveşte înrafaţa apei,

făcând valuri. Îmi spunea că astea sunt primele) un imagini pe care le vede în fiecare dimineaţă când sezeşte şi asta îl ţine motivat.

Foloseşte feedbackul negativ ca şi combustibil pentru a îne pe calea spre succes

Uneori, când începem să creăm o schimbare în viaţa tră, şi să ne uităm la alţii pentru a vedea dacă facem bine ceea ce facem, ne alegem cu critici şi reproşuri, în loc de încurajări. K normal să se întâmple asta. Oamenii sunt reticenţi la schimbare. Familia ta nu e obişnuită să te vadă investind timp şi bani să schimbi felul cum te porţi sau cum arăţi, aşa că s-ar putea să facă glume şi să sugereze că eşti nesigur. Prietenilor tăi s-ar putea să nu le placă să devii mai bun decât ei, s-ar putea să se simtă inferiori, aşa că o să încerce să te tragă în jos. De cele mai multe ori, o fac fără intenţie, şi se întâmplă în mod natural.

K foarte important să nu laşi descurajarea iniţială să te facă să renunţi. Ia-o ca pe un test care îţi măsoară tăria de caracter, şi o şansă de a exersa să te bucuri de călătoria în sine în loc de rezultatul final.

Toată lumea a râs de personajul biblic Noe când îşi construia arca. L-au făcut nebun şi psihopat. Nimeni n-a mai râs când a venit potopul. Poţi folosi feedbackul negativ ca un combustibil să faci lucruri pe care ei zic că nu le poţi face.

Fă ceva în fiecare zi care să te apropie de obiectivele tale în timp, oricât de tare ţi-ai dori un lucru, dacă mintea ta e preocupată de altceva, UITĂ de scopul final. E uşor să ne fie distrasă atenţia de nenumăratele greutăţi ale vieţii. În plus, televizorul şi celelalte canale media parcă ne dictează ce să cumpărăm, ce să vrem şi chiar cum să gândim.

Soluţia e simplă: fă ceva constant legat de ceea ce vrei cu adevărat. Ideal ar fi să nu laşi nicio zi să treacă fără să lucrezi la visele tale. În fond, dacă tu nu o faci, atunci cine ar trebui să o facă?

Joacă să câştigi

Planifică-ţi timpul atât zilnic cât şi săptămânal. Singura cale prin care te poţi asigura că vei creşte într-un anumit domeniu al vieţii tale e să faci lucruri legate de acesta ÎN MOD CONSTANT. Doar o rutină clară

te poate ajuta să faci acest lucru.

Dacă nu crezi că eşti în stare să te ţi-l de un program, caut* un partener care să se asigure că o faci. Dacă nu găseşti pe cineva care să vrea să te ajute, spune la cât mai mulţi oameni ceea ce vrei să faci. Unii din ei vor fi deschişi la această idee şi te vor ajuta.

Fă lucrurile să fie interesante

Când dai de un zid sau de un platou în viaţă, e uşor să îţi pierzi motivaţia şi încrederea în sine. Mai ales atunci când intervine rutina şi monotonia. Atunci e momentul să faci ceva! Schimbă-ţi antrenamentul la sală, încearcă un fel de mâncare nou. Am un prieten care recent a încercat carne de rechin, din impuls de moment când se afla în magazin. Mergi la cumpărături şi încearcă lucruri noi, pe care nu ţi le-ai fi imaginat până acum pe tine – s-ar putea să te răzgândeşti.

Sper că această secţiune v-a reîmprospătat convingerea că drumul spre a fi cel mai bun e cel puţin la fel de important ca rezultatul final, şi că viaţa nu e doar o vânătoare de *climax-uri*. Singurul lucru care rămâne e călătoria spre a ajunge să ne cunoaştem mai bine, spre a ne testa limitele şi a ne bucura de viaţă.

PRIMA IMPRESIE

Ştim cu toţii că prima impresie este şi cea mai importantă. Oamenii tind să catalogheze foarte repede pe ceilalţi oameni cu care intră pentru prima dată în contact. Aceste prime impresii tind să fie cu atât mai importante cu cât este vorba despre sexul opus. Dar cum poţi face o primă impresie de neuitat?

Ţi s-a întâmplat să vezi tipe minunate pe stradă? Te-ai gândit că ceea ce le face aşa de minunate în mintea ta era, în primul rând, felul în care erau îmbrăcate?

Prima impresie pe care o lăsăm e foarte importantă. Tot timpul când cunoaştem oameni noi, aceştia îşi formează o impresie despre noi în câteva secunde. Şi, din acel moment, tot ceea ce eu spunem sau facem, este filtrat prin aceea prima impresie.

Deci întrebarea e: ce fel de primă impresie ai lăsat tu?

Cercetările arată că femeilor le ia între 3 şi 10 secunde să îşi facă

o părere despre tine, totul fiind bazat pe ceea ce vede ea. Aşadar, ai la dispoziţie doar acele câteva secunde să-i faci o impresie bună.

Ea s-ar putea gândi, Dacă mă bazez pe prima impresie, el nu este tipul de bărbat pe care îl vreau *sau* Tipul ăsta arată ca şi cineva de care aş putea fi interesată. *Dacă îi place cum arăţi*, *când te vei duce la ea*, *îţi va fi mult mai uşor să iniţiezi o conversaţie*.

Dacă ea e o femeie foarte atractivă, e o profesionistă la „măsuratul" bărbaţilor. De ce? Deoarece bărbaţii se dau la ea toată ziua, în fiecare zi. Aceste femei nu au timp şi răbdare să asculte fiecare tip care le abordează Ele au adaptat un proces de a scăpa de bărbaţii care lor îi fie par că nu ştiu ce fac când vine vorba de femei şi viaţă în general.

Asta nu înseamnfi că trebuie să fii celebru ca Robbie Williams, dar înseamnă că ţi-ai putea permite să te îmbraci pentru genul de femei care îţi plac. Mare majoritate a bărbaţilor se îmbracă într-un fel în care încearcă să facă o impresie bună asupra fiecăruia. De aceea au o ţinută *sigură* şi plictisitoare, care nu supără şi nici nu enervează pe nimeni.

Noi vrem să atragem femei care apreciază aceleaşi lucruri ca şi noi. Cred că zicala „opusele se atrag" este incompletă. Opusul este atrăgător doar atunci când o persoană apreciază ceva în cealaltă persoană, dar ei nu au ceea ce au. De exemplu, o tipă care nu e sigură pe ea poate simţi atracţie pentru un tip ce e sigur pe el pentru că, în adâncul ei, ea vrea să fie sigură pe ea şi puternică, deci apreciază acel bărbat. Felul în care eşti îmbrăcat şi îngrijit reprezintă 90 din ecuaţia primei impresii. Felul în care te prezinţi va vorbi despre tine chiar înainte să îţi deschizi gura.

Gândeşte-te la nenumăratele situaţii în care ai crezut despre persoana de lângă tine că e mai importantă decât tine fără să fi vorbit cu ea. De altfel, tu de-abia ai avut timp să te gândeşti deoarece totul a fost inconştient. De aceea, prima dată trebuie să fii sigur pe valorile tale înainte să creezi o impresie puternică.

Deci ce anume apreciezi?

Scoate o foaie de hârtie şi începe să îţi notezi toate lucrurile care îţi plac. Nu lăsa nimic în urmă. Scrie despre fiecare lucru care îţi place, despre lucrurile pe care le urăşti şi toate caracteristicile pe care le vrei în tine, chiar dacă nu le ai în momentul de faţă.

FĂ ACEST EXERCIŢIU. Îţi ia 5 minute. Dacă nu faci acest exerciţiu probabil nu-ţi vei dezvolta caracteristicile pe care vrei să le arăţi pentru a face o primă impresie de neuitat.

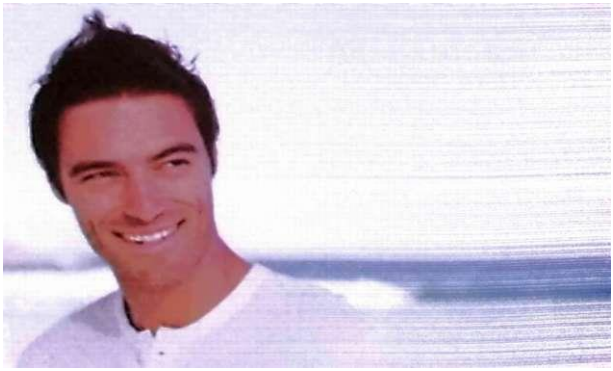
(*Xiată or ai terminat*. *Uitil-te*/xver* Zi7 c). Tot ce ai afişat este probabil ceea ce vrei să aibă şi prietena ta ideală.

Acum este momentul să încorporezi ceea ce preţuieşti în imaginea pe care o proiectezi. Foloseşte-tede listă iar, dacă e cazul, completeaz-o cu lucruri care nu ţi-au venit în iniţial minte. Fă-ţi un obiectiv din a proiecta noua ta imagine de fiecare dată când te întâlneşti cu cineva nou. Chiar şi cu cunoscuţi.

Deci este în interesul nostru de a face cea mai bună primă impresie. Îţi voi oferi în cele ce urmează, câteva lucruri care ar trebui să se afle pe lista ta. Dacă nu apar, e bine să le treci şi să le aplici.

Îmbracă-te cu stil!

Ai aflat citind această carte că în orice decor te-ai afla, există haine potrivite pentru acea ocazie care să îţi vină perfect. Caută-le şi poartă-le!



Zâmbeşte!

Când cunoşti pe cineva nou, zâmbetul e OBLIGATORIU.

Indiferent că e o persoană de acelaşi sex sau de sex opus. Zâmbetul arată că eşti deschis să cunoşti oameni noi, şi că eşti o persoană fericită în general.

Fii optimist!

Ok, îmi dau seama că pentru mulţi dintre voi. A fi optimist poate părea extrem de dificil. Fiecare avem probleme, unele mai mari decât altele. Lipsa banilor, a maşinii, certuri în familie, probleme la serviciu. Dar, în ciuda acestui fapt, unii oameni sunt fericiţi. Cum? Pur şi simplu. Ştiu, dacă până acum am fost la limită, acum probabil că ţi se pare că ceea ce zic nu mai are niciun sens.

Ideea este următoarea: oamenii evită emoţiile negative, fiind atraşi de cele pozitive. Vor să se simtă fericiţi mai tot timpul, să nu aibă probleme. Ca atare, tind să se grupeze în faţa oamenilor optimişti, deschişi, puşi pe glume. Într-o lume în care toţi avem griji şi frustrări, oamenii optimişti sunt ca nişte oaze în deşert. Restul vor să se adune în jurul lor pentru a fi făcuţi să se simtă bine.

O epifanie pe care am avut-o a fost aceea că nu trebuie să fii frumos, bogat său celebru pentru a fi optimist. Cu toţii ştim că oamenii care au ajuns departe în viaţă au de multe ori probleme poate şi mai mari ca ale noastre. Probleme financiare, legale sau de căsnicie, care fac tot timpul prima pagină a ziarelor. Tu, în schimb, poţi fi optimist pentru că îţi place viaţa, pentru că eşti foarte fericit acolo unde eşti. Uneori, uităm să fim recunoscători pentru ceea ce avem deja, fiind întunecaţi de gândurile faţă de ceea ce nu avem. Fă un exerciţiu mental şi gândeşte-te la lucrurile pentru care ar trebui să fii recunoscător pentru că le ai: familia, prietena, serviciul stabil…

Cele mai atrase de optimism sunt femeile. Un bărbat optimist este un semnal pentru ele că acesta poate să înfrunte lumea cu şanse mari de succes.

Unul dintrr elementele chrif când vine urta de atitudine, «te contactul vizual. Feste unul dintre acele lucruri foarte subtile. Care h sepsri pe cri care au mem cu femeile fi oamenii în general de cei care nu au succes.

Contact vizual foarte puternic e-te obligatoriu. Nu până în punctul de a face cealaltă persoană st creadă e* eşti pasbopat, însă! Un contact vizual puternic arăt*, pe de-o parte» că eşti deschis la conversaţie, pe de aha cât eşti sigur pe tine şi pe ce a* de «pus. Mai arată. De asemenea, că eşti atent la ce are de i i lâlalt şi receptiv la ideile lui.

(ontactul *virumi*

Exerciţiu: Pentru a exersa contactul vizual, cea mai! metodă este şi menp pe l dlă şi să te uiţi în ochii celor ea» trec. Încearcă să faci acest exerciţiu, odată îmbrăcat cu hainele tale cu care teşeai de obicei, apoi cu ode pe care ţi kntt cumpărat folosindu-te de sfaturile acestei cărţi. Vet fi uimit cum. În special femeile, menţin contactul vizual. Asta pentru dl nu dau în fiecare zi peste un bărbat care să le privească direct fe ochi. Majoritatea îşi pleacă privirea de îndată ce recunosc fel sinea lor că ar vrea să fie cu ea.

Contactul vizual este primul test de tărie.

Când vrei să cunoşti o femeie la o petrecere sau în club al doilea lucru care o să facă impresie (după felul în care te prezinţi fizic) este

contactul vizual.

Dacă te uiţi prea mult în jos, înseamnă cp eşti timid.

Dacă te uiţi nervos în mai multe direcţii (ca şi cum ai căuta ceva), arată că nu îţi place compania ei.

În ambele cazuri vei face o impresie proastă şi vei fi conmsiderat fără stil.

În momentul în care te uiţi insistent la o fenele cu care vorbeşti. Ea va simţi că o monitorizezi. Astfel, va începe în mod inconştient să facă lucruri care îi măresc atractivitatea, cum ar fi să-şi treacă mâna prin păr.

Acesta este un semn clar că este interesată de tine.

Încearcă să nu te uiţi niciodată în altă parte în momentul când faci contact vizual cu o femeie pentru prima dată.

Dacă ea îşi coboară privirea, câştigi multe buline albe la capitolul atracţie.

Purtând haine cu stil, vei atrage foarte multe priviri.

Sunt multe lucruri de spus vilmi de stiv, iar această carte xwx ve poate acoperi pe toate. Pentru asta ani creat o comvxxvxtate XXX jurul stilului, cu diferite tipuri de resurse.

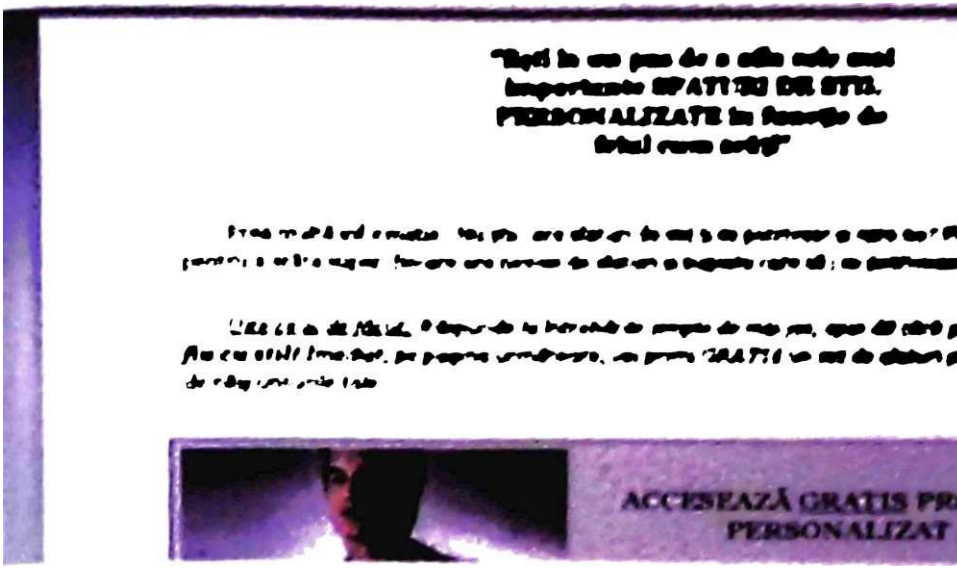
Adresa principală a site-ului este hup; J/vv\vv\fxxcxisvxX.ro.

Blogul (unde vei găsii tone de informaţii va ovxect, gratuite) se află la hţip: vwv. Fiicujţil. RQybvQ.

Pentru a intra în legătură cu membrii comuixxl xx, vx-aw iispoziţie un forum la adresa hup: / /vv\vvv. FxxcwstW.to / fox

Mai am pentru tine o unealtă *online* care îţi poşte oferi sfaturi personalizate în funcţie de lipul corpului tău. O ta-vti U

http://wwvsxiivuştiixvypersonalitiit.



Dacă dorești să intri în legătură cu mine, mă poți contacta la adresa contactfiicustil.ro.

Îți urez mult succes în călătoria ta spre stil și individualitate.

Expertul tău în stil.

Ovidiu

BIBLIOGRAFIE

u Dressing the Man *de* Alan Flusser

2. Askmenxom Presents: The Style Bible. The a Rules for Bufung a Complete And Tuneless Wardrobe, editată de James *Bassil*

3. www.kinowear.com

4. Gentleman. Ghidul etern al modei masculine de Bernhard *Roetzel*

Talia pantalonilor poate fi micșorată oricât de mult pentru a-i face pantalonii mai confortabili, însă atunci când sacoul îți este potrivit, normal este să ai nevoie doar de câțiva centimetri mai puțin. Lărgirea taliei este însă